

## **Аннотация к рабочей программе по курсу внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка»**

Программа внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка» имеет физкультурно-спортивную направленность.

**Цель:** создание условий для развития двигательных способностей, приобщения к систематическим занятиям учащихся посредством физических упражнений.

Педагогическая целесообразность образовательной программы заключается в том, чтобы помочь подросткам найти себя в быстро меняющемся мире событий и информации, закалить волю и характер, стать сильнее, благороднее, мудрее, научиться находить оптимальные решения в различных ситуациях с помощью занятий физической культурой.

Программа рассчитана на детей от 15 до 18 лет. Группы формируются из 10-11 классов без предварительного отбора по степени подготовленности.

Продолжительность реализации программы - 1 год.

Работа проводится систематически по программе

Режим занятий – общий объём – 34 часа. Продолжительность одного занятия 1 час; в неделю - 2 занятия (10,11 классы).

Уровень реализуемой программы – базовый