

**Аннотация**  
**к дополнительной общеразвивающей образовательной программе в**  
**области физической культуры и спорта**  
**по общей физической подготовке**

**Возраст обучающихся:** 6-18 лет.

**Срок реализации программы:** 1 год.

Продолжительность учебно-тренировочных занятий в течение учебной четверти (8 недель) 32 часа при нагрузке не более 4 часов в неделю продолжительностью 45 минут. Обучение пройдут 4 группы по 10 человек в каждой четверти.

**Направленность:** физкультурно-спортивная.

**Цель программы** – содействие физическому развитию и укреплению здоровья воспитанников.

**Задачи программы:**

- познакомить воспитанников с техникой и тактикой различных видов спорта;
- познакомить с правилами и организацией проведения соревнований;
- развивать устойчивый интерес к занятиям спортом;
- развивать всестороннюю физическую подготовку;
- укреплять здоровье воспитанников; - воспитывать стремление к здоровому образу жизни;
- воспитывать моральные, волевые качества, взаимопомощь;
- воспитывать навыки общественного поведения.