

Аннотация к ДОП - ДОП программе «Общая физическая подготовка»

Название курса	«Общая физическая подготовка»
Возраст учащихся	7-11 лет
Направленность курса	физкультурно-спортивное и оздоровительное
Количество часов	108
Цели курса	совершенствование двигательных способностей учащихся и укрепление здоровья
Планируемые результаты	<p>Предметные</p> <ul style="list-style-type: none">• вооружение знаниями по истории развития физкультуры и спорта, правилам соревнований;• обучение учащихся технике движений основных видов спорта;• привлечение учащихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям по данному виду спорта. <p>Оздоровительные</p> <ul style="list-style-type: none">• профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата;• укрепление связок нижних и верхних конечностей;• укрепление здоровья учащихся посредством развития физических качеств. <p>Личностные</p> <ul style="list-style-type: none">• развитие двигательных физических качеств и способностей: быстроты, ловкости, специальной и общей выносливости;• воспитание у учащихся устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;• повышение и воспитание у учащихся устойчивой мотивации к занятиям по офп.
Формы работы	соревнования, игры, фестивали, тренировки, в том числе индивидуальные
Место проведения	большой и малый спортивные залы.