

Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «Адаптивная физическая культура - ОФП»

Возраст: 7-18 лет

Направленность: физкультурно-спортивная

Форма реализации: групповая

Срок реализации: 8 месяцев

Режим занятий: 2 раза в неделю, продолжительность занятий – 1,5 часа.

Цель:

Воспитание личности физически здоровой, способной в кратчайшие сроки добиваться поставленной цели, самореализующейся в условиях современного общества.

Описание:

Направление «АФК» является актуальным и востребованным для детей, поскольку занятия являются общедоступными, раскрывающими себя в разнообразии дисциплин (видов спортивных упражнений): бега, прыжков, метания, а также вовлекают детей в соревновательную деятельность. Занятия АФК способствуют положительному оздоровительному эффекту и повышению социального статуса ребенка. Программа направлена на ознакомление с видами спорта, укрепление здоровья и закаливание организма занимающихся, воспитание интереса к занятиям спортом, создание базы разносторонней физической и функциональной подготовленности.

Программа «АФК» является одним из «механизмов» реализации целей и задач по профилактике заболеваний, вредных привычек и правонарушений, а также укреплению здоровья, поддержанию высокой работоспособности человека, утверждению здорового образа жизни, формированию потребностей личности в физическом и нравственном совершенствовании, развитию волевых качеств личности.

В процессе изучения программы у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься спортом и физическими упражнениями. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

В результате освоения программы у детей:

- развивается желание заниматься тем или иным видом спорта;
- повышается уровень разносторонней физической подготовленности;
- развиваются волевые качества: целеустремленность, настойчивость, решительность, смелость, самообладание.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868576093

Владелец Сальникова Евгения Александровна

Действителен с 01.03.2021 по 01.03.2022