**Аннотация к программе по ОФП.**

**Название программы:** дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по ОФП.

**Педагог:**Овечкин М.Н., Гуренков Ю.В.,Бочукова С.В.,Бурлакова Н.В.,Баранов М.В.,Крылов Р.Ю.

**Место реализации**: на базе общеобразовательных школ.

**Срок реализации:**1 года

**Возраст обучающихся:**10-15 лет

**Условия приёма:** На обучение принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний, на основании заявления родителей (законных представителей).

**Цель:**

1.Создание условий для развития двигательных способностей;

2.Приобщение к систематическим занятиям учащихся посредством физических упражнений.

**Задачи:**

1.Совершенствование жизненно важных навыков и умений и технических действий из базовых видов спорта;

2.Формирование знаний о способах и особенностях движений и передвижений

3.Обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой.

4.Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями

5.Укрепление здоровья занимающихся посредством развития физических качеств.

**Режим занятий:**37 недель 6 часов в неделю

**Материально-техническое обеспечение:** спортивный зал, спортивная площадка, спортивный инвентарь, секундомер, свисток, рулетка.

**Занимающиеся будут знать и уметь:**

- владеть основными способами движения, перемещения;

- знать о работе органов и систем органов при выполнении физических упражнений;

- выполнять комплексы физических упражнений;

- участвовать в школьных и районных соревнованиях.