

## **Аннотация к программе дополнительного образования «Общая физическая подготовка»**

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана на основе авторской программы по физическому воспитанию В. И. Лях «Физическая культура»  
Программа рассчитана на 4 года для обучающихся 1-4 классов.

- **Направленность программы:**

В группах кружка осуществляется спортивно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку преимущественно оздоровительной направленности.

- **Условия реализации.**

**Условия набора.**

К занятиям в секции допускаются все учащиеся 1-4-х классов, желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских.

**Наполняемость групп.**

Максимальный состав группы определяется с учетом соблюдения правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях.

**Формы организации занятий.**

Основными формами учебно-тренировочной работы в секции являются: групповые занятия, участие в соревнованиях, теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- или видеозаписей, просмотра соревнований), медико-восстановительные мероприятия, культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах.

**Формы проведения занятий.**

Основными формами проведения занятий являются тренировка и игра.

На реализацию кружка отводится 3 часа в неделю – 114 часов