

АННОТАЦИЯ
к дополнительной общеразвивающей программе
«Быстрее, выше, сильнее»

Дополнительная общеразвивающая программа «Быстрее, выше, сильнее» (далее – программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

Возраст: обучающихся: 6-18 лет. Срок реализации: 1 год.

Набор в группы производится свободно без конкурсного отбора.

К занятиям допускаются желающие заниматься спортом не зависимо от уровня физической подготовки, при наличии медицинского допуска к занятиям физической культурой и спортом.

Цель программы: всестороннее духовное и физическое развитие личности средствами физической культуры и спорта, укрепление здоровья, формирование потребности в саморазвитии, самосознании и самореализации.

Особенностями данной программы является направленность на развитие общих физических качеств и укрепление здоровья средствами физических упражнений, формирование у обучающихся начальных знаний о физической культуре и культивируемых в спортивной школе видах спорта. Позволяет выявить склонности детей к тому или иному виду спорта, с целью привлечения к занятиям на последующих этапах. Предусматривает прохождение тестовых испытаний Всероссийского спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) 1 и 2 ступени (6 -9 лет). Программа дает базовую основу для перехода обучающихся на этап начальной подготовки для занятий избранным видом спорта.

Основной формой является проведение учебно-тренировочных занятий. Программой предусмотрено, сдача контрольных нормативов по общей физической подготовке, нормативов ГТО, участие в соревнованиях различного уровня по различным видам спорта, что позволяет обучающимся получать разностороннюю подготовку.

В процессе прохождения программы, обучающиеся смогут приобрести умения и навыки целенаправленного владения своим телом, укрепить здоровье, повысить двигательную активность, снять психологическое напряжение после умственной работы в школе, добиваться поставленной цели, подготовиться к дальнейшему самоопределению в избранном виде спорта.