

**Аннотация к рабочей программе
по ОФП**

Предмет, класс	ОФП
<p>Указание на то, в соответствии с какими нормативными документами составлена данная рабочая программа, какому УМК она соответствует</p>	<p>Рабочая программа составлена на основе авторской программы «Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - М.: Просвещение, 2015».</p>
<p>Цель и задачи учебной дисциплины</p>	<p>Программа кружка направлена на достижение следующих целей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • развитие основных физических качеств и способностей; • формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности; • воспитание устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к ведению здорового образа жизни; • освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; • охрана и укрепление здоровья.
<p>Планируемые результаты (предметные)</p>	<p>В результате изучения данного курса ученик должен:</p> <p>знать</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) историю и современное развитие физической культуры и спорта, 2) роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни; 3) о физических качествах и правилах их тестирования; 4) основы личной гигиены, правила закаливания, причины травматизма и правила его предупреждения; <p>уметь</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) выполнять упражнения по общефизической подготовке; составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы; 2) уметь организовать самостоятельные занятия на развитие физических качеств, а также, для группы школьников;

	<p>3) взаимодействовать с ребятами в процессе занятий ОФП</p> <p>4) организовывать и проводить командные игры в классе, на занятиях кружка;</p> <p>применять</p> <p>1) накопленные знания в повседневной жизни;</p> <p>2) полученные навыки в повседневной учебной и трудовой деятельности.</p>
Место предмета в учебном плане	Учебным планом на изучение курса отводится - 34 ч (1 ч в неделю).

