

Аннотация
к рабочей программе внеурочной деятельности
«Основы физической подготовки»
уровня основного общего образования

Рабочая программа внеурочной деятельности «Основы физической подготовки» (спортивно оздоровительное направление) составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, учителями физической культуры Трубициным Е.И. и Трубициной Г.А. педагогами дополнительного образования. Рассмотрена на заседании педагогического совета и утверждена директором МОУ «Уразовская СОШ №1» Валуйского района Белгородской области (приказ №297-од от 30 августа 2022 г.).

Цель программы: формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Возраст обучающихся – 12-13 лет.

Общее количество часов – 34 часа .

Режим занятий – 1 раз в неделю по 1 часу (40 минут).

Срок реализации программы внеурочной деятельности – 1 год.