**Аннотация к программе внеурочной деятельности «ОФП»**

 Программа базируется на элементах из различных видов спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры) и в комплексе позволяет развить у учащихся такие качества как сила, выносливость, быстрота, ловкость, гибкость.

Учебный материал рассчитан на 34 часа в году (1 час в неделю), что соответствует учебному плану МБОУ НОШ №7, г. Амурска, во 2, 4 классах. Продолжительность учебного часа 45 минут.

**Цель программы:** формирование жизненно важных двигательных навыков с целью адаптации к современным условиям жизни.

**Задачи:**

• укрепление здоровья, физического развития учащихся;

• развитие координационных и кондиционных способностей;

• приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

• воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений; содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности;

 • формирование навыков правильной осанки;

 • воспитание морально-волевых качеств, формирование навыков культуры поведения