

**Аннотация**  
**к программе внеурочной деятельности**  
**«Курс молодого спортсмена»**

Данная программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению предназначена для реализации в 5-7 классах общеобразовательной школы.

Курс по внеурочной деятельности сочетает в себе спортивное и патриотическое направление. Воспитание личности дает учащимся углубленные навыки спортивных умений, в повседневном применении и при возникновении чрезвычайных ситуаций.

Программа позволяет расширить возможности общеобразовательной области «Физическая культура». Срок реализации программы внеурочной деятельности «Курс молодого спортсмена» -1 год (1 час в неделю).

Цель: развитие физических и моральных качеств у учащихся, выработка потребности к регулярным занятиям спортом.

**Задачи:**

1. развитие познавательного интереса к физической деятельности,
2. совершенствование практических знания и умения в физической культуре и военном деле,
3. воспитывать культуру физического воспитания, дисциплину и регулярность тренировок,
4. совершенствовать навыки тренировок со спортивным инвентарем, с разными источниками информации, разными формами соревнований.

Новизной программы является использование методологического подхода, направленного на здоровьесбережение школьников. Эта задача реализуется на практических занятиях (тренировках) по общей физической подготовке (ОФП), специальной физической подготовке (СФП) и строевой подготовке.

Автором сформулированы цели и задачи обучения, определены требования к уровню подготовки учащихся, ключевые компетенции, личностные, метапредметные и предметные результаты. Реализация программы способствует успешному выполнению нормативов ГТО.

Содержание программы ориентировано на формирование прочных знаний и приобретение навыков по составлению тренировочных программ (комплексов) для различных видов спорта и проведению индивидуальных и групповых тренировок. В центре внимания - улучшение физического состояния тренируемого, повышение спортивных результатов и достижений.

Применение различных форм и методов обучения (практическая работа по составлению тренировочных программ и самостоятельному проведению тренировок, работа с фото и видеоматериалами и научной литературой, знакомство с достижениями прославленных спортсменов) направлены на активизацию познавательной деятельности учащихся.