

Аннотация к программе курса внеурочной деятельности «ОФП»

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «ОФП» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утв. приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 (далее – ФГОС ООО-2021);
- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утв. приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 (с изменениями, утвержденными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 12 августа 2022 г. N 732) (далее – ФГОС СОО);
- Федеральной образовательной программой основного общего образования, утв. приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 370;
- Федеральной образовательной программой среднего общего образования, утв. приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 371.

Программа опирается на примерные программы отдельных учебных предметов и рабочую программу воспитания.

Программа курса внеурочной деятельности «ОФП» направлена на осуществление следующих целей: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности; освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков; овладение навыками и умениями использовать средства и методы двигательной деятельности в разнообразных формах.

Цели конкретизированы следующими задачами:

1. Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся.
2. Воспитание привычки к занятиям физической культурой и спортом как коллективно, так и самостоятельно.
3. Формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям физической культуры и спортом.
4. Обучение простейшим организационным навыкам, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту.
5. Развитие физических способностей (силовых, скоростных, координационных, а также выносливости, гибкости).
6. Расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «ОФП» формируется с учетом рабочей программы воспитания. Воспитывающее значение программы заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения занятий физической культуры и укрепления здоровья. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни.

В процессе занятий общей физической подготовкой школьники получают целый комплекс полезных умений и навыков, необходимых в практической деятельности и жизни. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

Весь учебный материал программы распределен в соответствии с принципом последовательного и постепенного расширения теоретических знаний, практических умений и навыков. Программа курса внеурочной деятельности «ОФП», составлена в поддержку рабочей программы по физической культуре для учащихся 5-11 классов. Так же в ней прослеживается изучение спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, выносливости, скорости и гибкости. Важным условием выполнения данной программы является сохранение ее образовательной направленности.

Третий час физической культуры в 5-11 классах реализуется через курс внеурочной деятельности «ОФП».

На изучение курса внеурочной деятельности «ОФП» в 5-11 классе отводится: в 5 классе – 34 часов (1 часа в неделю), в 6 классе – 34 часов (1 часа в неделю), в 7 классе – 34 часов (1 часа в неделю), в 8 классе – 34 часов (1 часа в неделю), в 9 классе – 34 часов (1 часа в неделю), в 10 классе – 34 часов (1 часа в неделю), в 11 классе – 34 часов (1 часа в неделю).

К занятиям допускаются все обучающиеся 5-11-х классов, желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний.