**Аннотация к дополнительной (общеразвивающей)**

**образовательной программе**

**«Атлант»**

**(спортивно-оздоровительная секция).**

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная.

**Срок реализации программы:** 2 года.

**Возраст обучающихся:** 7-17 лет.

**Цель программы:** создание условий для физического развития обучающихся посредством общей физической подготовки, воспитание стремления к здоровому образу жизни.

Программа спортивно-оздоровительной секции «Атлант» основывается на новых направлениях в здоровьесберегающих технологиях для обучающихся. Она включает в себя комплекс оздоровительных упражнений, в основе которых лежат двигательные действия, поддерживающие работу сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной систем, а также вестибулярного аппарата. Предусматривает формирование потребности в здоровом образе жизни, физическое развитие, укрепление здоровья и профилактику различных заболеваний посредством физических упражнений.

**Задачи программы.**

**Образовательные:**

* обучать основам техники выполнения физических упражнений;
* формировать необходимые знания в области физической культуры.

**Развивающие:**

* развивать физиологическую активность всех систем организма,
* содействовать оптимизации умственной и физической работоспособности;
* укреплять и развивать физическое и психическое здоровье детей.

**Воспитательные:**

* воспитывать потребность в здоровом образе жизни;
* выработка привычки и умения к соблюдению режима, потребности самостоятельно заниматься физическими упражнениями и играми;

- формирование культуры общения детей в процессе занятий, чувство

коллективизма;

- воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности, инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания.