

## АННОТАЦИЯ

### к РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ГАРМОНИЯ» 10 - 11 класс

*Назначение программы:* спортивно-оздоровительное.

*Актуальность* заключается в том, в процессе освоения данной программы учащиеся имеют возможность расширить свои теоретические знания и приобрести практические навыки в баскетболе, волейболе, футболе.

Программа является продолжением курса «Физическая культура», раздела «Спортивные игры».

#### **Цели и задачи программы**

*Цель:* совершенствование игрового навыка, формирование разносторонней физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья.

*Задачи:*

- повысить функциональные возможности организма;
- повысить уровень общей физической подготовленности;
- обучить основам техники и тактики спортивных игр;
- воспитать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм;
- привить организаторские навыки.

Программа занятий рассчитана на 1 час в неделю в 10 классе, 1 час в неделю в 11 классе, 34 часа за год.