**Аннотация к программе курса внеурочной деятельности**

**«Легкая атлетика»**

Программа разработана на основе методических рекомендаций внеурочной деятельности «Легкая атлетика». Внеурочной деятельности легкая атлетика Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов (Изд. Москва Просвещение 2011г.). Программа составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в школе дополняя его с учетом интересов детей, в зависимости от пола, возраста и времени года, к тем видам спорта, которые используются популярностью в повседневной жизни.

Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий.

Занятие в секции строиться на принципах демократизации, гуманизации, педагогике сотрудничества, личностного и деятельностного подходов, оптимизации учебно-воспитательного процесса.

Цели и задачи программы:

*Цель Программы:* сформировать творческую, стремящуюся к сохранению физического, психического и нравственного здоровья личность учащегося.

Для достижения указанной цели решаются следующие *задачи*:

Оздоровительные:

* укреплять здоровье и закаливать занимающихся;
* удовлетворять суточную потребность в физической нагрузке;
* ведение закаливающих процедур;
* укреплять и развивать дыхательный аппарат и организм детей;
* снимать физическую и умственную усталость.

Образовательные:

* ознакомить учащихся с правилами самоконтроля, состояния здоровья на занятиях и дома;
* формировать правильную осанку;
* обучать дыхательным упражнениям;
* изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью;
* формировать у обучающихся навыки здорового образа жизни.

Развивающие:

* развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;
* совершенствовать прикладные жизненно важные навыки и умения в ходьбе, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями.

Воспитательные:

* прививать жизненно важные гигиенические навыки;
* содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
* стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка;
* формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.