

Дополнительная общеразвивающая программа «Общая физическая подготовка» физкультурно-спортивной направленности создана с целью создания условий для оказания благоприятного воздействия на укрепление здоровья и дальнейшего вовлечения в активные занятия физической культурой и спортом. Программа рассчитана на 4,5 часа в неделю, что за год составляет 171 час., возраст учащихся 12-17 лет. Программа включает три раздела: «Строевые упражнения», «Гимнастические упражнения», «Акробатические упражнения», «Легкая атлетика», «Спортивные игры», «Подвижные игры», «Лыжная и кроссовая подготовка». Программой предусмотрены следующие формы промежуточной и итоговой аттестации – сдача нормативов и участие в соревнованиях различного уровня. Аттестация проходит по уровням владения навыками – низкий, средний, высокий.