

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Развитие физкультурных компетенций для формирования
здорового образа жизни»**

Аннотация

Цель программы: формирование мотивации к здоровому образу жизни посредством освоения разнообразных двигательных упражнений и приобретения разносторонней физической подготовки; всестороннее физическое развитие, повышение двигательной активности; изучение методик оздоровления посредством создания хорошего настроения, приятных эмоций на занятиях.

В результате освоения программы обучающийся должен **знать:**

- правила техники безопасности при проведении занятий в бассейне, нормы поведения в коллективе и в обществе;
- гигиену физических упражнений и профилактику заболеваний.

Уметь:

- держаться на воде, соблюдать правила личной гигиены на занятиях.

Дополнительная общеразвивающая программа «Развитие физкультурных компетенций для формирования здорового образа жизни» разработана на основе требований:

- Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями);
- Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 05.09.2019 г.);
- СанПиН 1567-76 (от 08.06.2004 г.). Физкультура и спорт. Требования;
- СанПиН 2.4.3.1186-03. О допуске к занятиям физической культурой и спортом и распределении занимающихся по группам;
- Санитарно-эпидемиологических требований к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условиям деятельности хозяйствующих субъектов, осуществляющих продажу товаров, выполнение работ или оказание услуг».
- Закона Республики Башкортостан от 24.11.2008 N 68-з "О физической культуре и спорте в Республике Башкортостан" (принят Государственным Собранием - Курултайем РБ 18.11.2008).