**АННОТАЦИЯ**

**К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ**

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«БОГАТЫРСКИЕ ЗАБАВЫ»**

**Наименование программы:** дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Богатырские забавы»

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная

**Аннотация программы:** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Богатырские забавы» (далее-Программа) направлена на физическое развитие, тренировку всех групп мышц организма и общее укрепление здоровья учащихся, является неизменным средством для развития выносливости, трудолюбия, противостояния жизненным невзгодам, снятия стресса, воспитывает дисциплинированность, целеустремленность, способствует формированию позитивного мнения о себе. Развитие силы и развитие мышечной массы – процессы взаимосвязанные. Занятия по программе «Богатырские забавы» делают тело пропорциональным, красивым, что далеко не всегда достигается в других видах спорта. Занятия физическими упражнениями, спортом дисциплинируют, предотвращают увлечения вредными привычками. Дети учатся активно решать сложные ситуации на ковре, взаимодействовать с тактико-технической подготовкой, сочувствовать и сопереживать неудачи, выражать свои мысли без агрессии и принуждения. Учащиеся, на практике познающие, что такое уважение противника и терпимость по отношению к другим, получают основы, необходимые для созидания мира и развития сообщества.