

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ КАРЕЛИЯ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ КАРЕЛИЯ**

**«ПЕТРОЗАВОДСКИЙ ТЕХНИКУМ ГОРОДСКОГО ХОЗЯЙСТВА»**

Рассмотрена на заседании  
Педагогического совета  
протокол от 31 августа 2016 г. № 4

Утверждена  
приказом  
от 31 августа 2016 г.  
№ 220

**Дополнительная образовательная программа  
«Функциональное многоборье»**

## **Аннотация дополнительной образовательной программы**

### **«Функциональное многоборье»**

#### **1. Область применения программы**

Программа спортивной секции «Функциональное многоборье» является дополнительной образовательной программой физкультурно-спортивной направленности. Программа рассчитана на обучающихся профессиональных образовательных организаций Республики Карелия. Срок реализации программы – 1 год.

#### **2. Цель программы**

Равномерное и полное физическое развитие обучающихся, пропаганда здорового образа жизни.

#### **3. Основные задачи:**

- обеспечить равномерное, полноценное физическое развитие;
- увеличить мотивацию к физкультурно-оздоровительной деятельности;
- тренировать общую выносливость организма;
- развить волевые, нравственные качества личности.

#### **4. Практический раздел программы предусматривает:**

- овладение знаниями современных подходов к организации физической подготовки, навыками самостоятельной физической тренировки;
- повышение эффективности общей физической подготовки;
- воспитание волевых качеств.

#### **5. Количество часов на освоение программы:**

общее количество часов 120 часов в год, занятия проводятся 2 раза в неделю по 1,5 часа.

#### **6. Формы занятий:**

учебно-тренировочные занятия, соревнования.