**Клуб любителей бега**

**6 класс**

**Цель программы** – создание оптимальных условий и содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка и укрепление здоровья занимающихся, через обучение легкой атлетике.

**Задачи:** Обучающие:

* Формировать стойкий интерес к занятиям легкой атлетикой;
* дать представление об элементарных навыках эмоциональной разгрузки (релаксации);
* формировать специальные знания, умения, навыки;

Развивающие:

* формировать представление о факторах, оказывающих влияние на здоровье;
* развивать физические способности;
* создать и обеспечить необходимые условия для личностного развития, эмоционального состояния и общего благополучия;
* развивать внимание и мышление средствами физических упражнений;

Воспитательные:

* формировать общую культуру совместной деятельности ученика с учителем;
* развить коммуникативную культуру и социальную ответственность учащихся;
* развить потребность заниматься физическими занятиями регулярно;
* развивать взаимопонимание и бесконфликтность в общении;

В результате обучения по программе, у учащихся достигаются следующиеличностные результаты:

* готовность проявлять устойчивый интерес к занятиям физическими нагрузками;
* готовность использовать креативное мышление и нестандартные подходы в решении поставленных задач;
* Дисциплинировано относится к занятиям, трудолюбию, упорство в достижение поставленных целей;
* уважение к другой позиции в процессе совместной разработки спортивных комплексов;
* мотивация к совершенствованию и готовность вести здоровый образ жизни.

В результате освоения программы внеурочной деятельности у учащихся будут достигнуты следующие метапредметные результаты:

* готовность самостоятельно определять тему занятий;
* готовность формулировать необходимые задачи для достижения развития двигательных способностей;
* готовность определять наиболее эффективные способы достижения результата;
* готовность находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
* готовность работать в командах и группах в рамках достижения поставленных целей.

В результате обучения по программе «Клуб любителей бега» у учащихся достигнуты предметные результаты:

* формировать знания о легкой атлетике и его роли в укреплении здоровья;
* умение рационально распределять свое время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
* умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.