

## **Аннотация к рабочей программе по виду спорта «Легкая атлетика».**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Легкая атлетика» является по своей направленности физкультурно-спортивной. Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Легкая атлетика» (далее программа) составлена в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Минспорта России № 1125 от 27.12.2013г. «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», приказа Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», ФЗ № 329 от 04.12.2007 г. «О физической культуре и спорте».

**Цель программы** - формирование физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры и спорта для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Данная цель достигается через учебно-тренировочный процесс, направленный на формирование устойчивых мотивов и потребностей обучающихся, в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры и спорта в организации здорового образа жизни. Развитие способностей детей в избранном виде спорта, отбор перспективных обучающихся для специализированной подготовки.

### **Задачи программы:**

1. укрепление здоровья;
2. улучшение физического развития;
3. выявление задатков и способностей, привитие интереса к тренировочным занятиям;
4. разносторонняя физическая подготовленность;
5. овладение основами техники выполнения упражнений;
6. воспитание устойчивой психики.

Учебные занятия проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 42 недели (252 ч.)

### **Содержание:**

1. Теоретическая подготовка;
2. Общефизическая подготовка;
3. Специально-физическая подготовка;
4. Специально-техническая подготовка;
5. Соревнования;
6. Медицинский контроль;
7. Контрольные испытания

**Формы текущего контроля** – выполнение упражнений по ОФП и СФП (зачет/незачет)

**Формы промежуточной аттестации** – сдача контрольных испытаний, собеседования по теоретической подготовке

**Формы итоговой аттестации** - сдача контрольных испытаний, собеседования по теоретической подготовке.

Заместитель директора по УВР О.В.Родина