

Аннотация дополнительной общеразвивающей программы  
в области физической культуры и спорта по виду спорта — легкая атлетика.

Программа предназначена для организации образовательной, тренировочной деятельности по легкой атлетике в МБУДО ДЮСШ ст. Полтавской, направлена на физическое воспитание личности детей, развитие двигательной активности, формирование здорового образа жизни и интереса к занятиям спортом. В основу программы положены нормативно-правовые акты, регулирующие деятельность физкультурно-спортивных учреждений.

Программа является основным документом тренировочной и воспитательной работы. Она представляет собой целостный комплекс воспитания, обучения и тренировки по видам легкой атлетики: многоборье (4-х-борье, бег, прыжки, метания); спринтерский бег (100, 200, 400 м); бег на средние дистанции (800, 1500 м).

Целью Программы является оздоровление и укрепление организма, воспитание физически крепкой, психологически устойчивой личности, подготовка спортсменов и возможности их дальнейшего перехода в группы начальной подготовки.

Основными задачами реализации Программы являются:

- формирование и развитие творческих и спортивных способностей обучающихся, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе.

Структура программы состоит из пояснительной записки, нормативной и методической части, системы контроля и зачетных требований, перечня информационного обеспечения.

Реализация программы предполагает следующие формы организации деятельности обучающихся: групповые тренировочные занятия, контрольные тесты по ОФП, соревнования, теоретические занятия, восстановительные мероприятия.

Ожидаемые результаты реализации программы – укрепление здоровья, гармоничное развитие физических и морально-волевых качеств, укрепление навыков здорового образа жизни, профилактика вредных привычек.

Методическая часть программы представлена характеристикой компонентов подготовки, средств, принципов и методов спортивной тренировки по легкой атлетике.

Аннотация дополнительной предпрофессиональной программы  
в области физической культуры и спорта по виду спорта — легкая атлетика.

Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «легкая атлетика» предназначена для руководящих и педагогических работников детско-юношеских спортивных школ, иных организаций, осуществляющих образовательную деятельность.

Программа разработана в соответствии с действующим законодательством и нормативно-правовыми актами Российской Федерации и Краснодарского края с учетом современных тенденций развития легкой атлетики на основе передового опыта обучения и тренировки юных легкоатлетов, результатов научных исследований по вопросам подготовки спортсменов, практических рекомендаций спортивной медицины, теории и методики физического воспитания, педагогики, физиологии, физиологии, гигиены, психологии.

Программа раскрывает весь комплекс параметров обучения и тренировки по легкой атлетике, включая содержание тренировочной и воспитательной работы, планирование учебного материала по предметным областям и этапам подготовки, систему контрольных нормативов и требований для перевода обучающихся на следующие этапы подготовки.

Содержание программы направлено на освоение теоретических, практических разделов, самостоятельных занятий, контроля знаний, умений и навыков.

Предусматривается последовательность и непрерывность процесса становления спортивного мастерства, преемственность в решении задач обучения базовым упражнениям и укрепления здоровья юных спортсменов, гармоничного воспитания личности, интереса к занятиям спортом и профилактики основных социальных недугов.

Материал изложен с учетом особенностей этапов спортивной подготовки и специфики организации тренировочного процесса юных легкоатлетов на этапе начальной подготовки, начальной и углубленной спортивной специализации.

Программа содержит основные и дополнительные источники литературы, интернет-ресурсы.