

## **Аннотация к дополнительной общеразвивающей образовательной программе по лёгкой атлетике**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (далее Программа) составлена в соответствии с Приказом Минпросвещения Российской Федерации от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей". В данной программе отражены основные задачи и построение учебно-тренировочного процесса **на базовом уровне**.

**Особенностью** представленной программы является сведение основных параметров учебно-тренировочного процесса (нагрузок, средств, методов контроля) в одну принципиальную схему тренировки.

**Направленность:** физкультурно-спортивная

**Уровень** - базовый.

Необходимость разработки данной программы стала актуальной в связи с все большим количеством детей младшего школьного возраста, а так же школьников старшего возраста, не прошедших отбор на программы предпрофессиональной подготовки, желающих заниматься легкой атлетикой.

**Цель программы** - содействовать всестороннему гармоничному физическому развитию и укреплению здоровья детей посредством занятий легкой атлетикой.

Для достижения этой цели решаются следующие **задачи**:

### Обучающие:

- обучить технике безопасности при занятиях легкой атлетикой;
- обучить теоретическим основам и правилам соревнований по легкой атлетике;
- познакомить с историей данного вида спорта;
- обучить безопасным приемам выполнения физических упражнений;
- обучить приемам контроля физического самочувствия.

### Развивающие:

- развить общефизические навыки;
- развить физические качества (силу, ловкость, выносливость и т.д.);
- развить активность и самостоятельность;
- развить культуру поведения, коммуникабельность, социальную адаптацию в среде сверстников.

### Воспитательные:

- воспитать волевые качества, такие как собранность, настойчивость;
- воспитать чувство уважения к окружающим, умение общаться со взрослыми и своими сверстниками;
- выработать стремление к достижению высоких спортивных результатов

Образовательная программа рассчитана на учащихся 6-18 лет.

**Основные принципы образовательной программы:**

- единства общей и специальной подготовки;
- волнообразности и вариативности нагрузок;
- единства взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовки;
- возрастной динамики развития юных спортсменов.

Реализация указанных принципов позволяет учитывать как возрастные особенности школьников, так и требования, которые будут предъявлены к ним в будущем на дальнейших уровнях подготовки.

Срок реализации программы – 8 месяцев: 36 недель, 218 часов. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа.

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ В.А.МУЩЕРОВА Г.ПУГАЧЁВА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ"**, Мамыкин Валерий Александрович, Директор  
**16.02.2022** 09:55 (MSK), Сертификат № 10B3F00E960E394988E90B0C3DCFD8393C1CB667