

**АННОТАЦИЯ**  
**К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ**  
**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ**  
**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**  
**«ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА»**

Лёгкая атлетика имеет огромное профессионально-прикладное значение. Качества и навыки, которые приобретаются во время занятий лёгкой атлетикой, находят самое широкое применение, как в трудовой, так и в военной подготовке.

Занятия лёгкой атлетикой имеют большое воспитательное значение. Формируется характер, закаляется воля, человек приучается не бояться трудностей, соблюдается определенный режим и правила питания. Заставляет задуматься о здоровом образе жизни, повышает ответственность.

По разноуровневой программе «Лёгкая атлетика» могут обучаться младшие школьники, дети среднего и старшего школьного возраста. Программа направлена на укрепление здоровья и гармоничное развитие обучающихся, формирование стойкого интереса к занятиям спортом. На обучение принимаются дети как не владеющие, так и владеющие техникой данного вида спорта.

Данная программа предназначена для всех обучающихся, в том числе для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

**Сроки реализации:** 3 года.

**Возраст детей** – 6 - 18 лет.

**Количество воспитанников** в группе: 15-25 человек.

**Режим работы:** 2 раза в неделю: одно занятие 2 академических часа, второе 1,5 академических часа.

**Количество часов:** объём часов в год – 126 часов.

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

<b>Задачи</b>	<b>Ознакомительный уровень (1 год обучения)</b>	<b>Базовый уровень (2 год обучения)</b>	<b>Продвинутый уровень (3 год обучения)</b>
<i>Образовательные задачи</i>	- формировать стойкий интерес к занятиям легкой атлетикой; - создать представление о методике организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в частности волейболом.	- формировать специальные знания, умения и навыки; - обучить техническим элементам в лёгкой атлетике;	- сформировать систему специальных знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта; - обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой
<i>Развивающие задачи</i>	- развить физические способности;	- развить физические и специальные качества	- расширить функциональные возможности организма;

	-раскрыть потенциал каждого ребенка;		- создать комфортную обстановку, атмосферу доброжелательности, сотрудничества, включить в активную деятельность, ситуации успеха
<i>Воспитательные задачи</i>	- осуществить социальную адаптацию детей; - повысить психологическую готовность детей к включению в образовательную деятельность; - воспитать ценностные ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены	- формировать организаторские навыки и умения действовать в коллективе; - воспитать чувство ответственности, дисциплинированность	- воспитать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное время; - формировать потребность к ведению здорового образа жизни.

### **Форма обучения.**

Форма занятий - очная, очно-дистанционная, с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

### **Формы организации занятий.**

Основными формами организации обучающего процесса в объединении являются: групповые занятия, индивидуальные, комбинированные; виды занятий: теоретические (лекции), практические, мастер-классы, соревнования, самостоятельная работа, электронное обучение (ЭО) с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ) по приказу учреждения.

### **Критерии и показатели оценки эффективности программы.**

1. Стабильный состав и интерес обучающихся к обучению и пропаганда занятий физической культурой и спортом.
2. Динамика прироста показателей уровня физической подготовленности.
3. Участие занимающихся в соревнованиях различного уровня, конкурсах, фестивалях, выполнение норм комплекса ГТО на знак отличия.

Формы контроля качества образовательного процесса:

- собеседование
  - наблюдение
  - анкетирование
  - тестирование
  - сдача норм ГТО
  - участие в соревнованиях в течении года
- Итоговый (проводится накануне перевода на следующий уровень (год обучения)) – основная форма подведения итогов обучения; участие в районных, областных соревнованиях, а также сдача контрольно-переводных нормативов (тестов) по ОФП и СФП.