**Аннотация к программе в области физической культуры и спорта**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование  | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Лёгкая атлетика» |
| Общий объём часов | 4368 |
| Срок реализации  | 8 лет |
| Целевая аудитория | Обучающиеся от 9 до 18 лет |
| Цели | Достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки. |
| Особенности реализации: | Программа реализуется на 2х этапах спортивной подготовки:1. этап начальной подготовки (НП) – 3 года;
2. учебно-тренировочный этап (УТ) – 5 лет.
 |
| Форма обучения | 1. учебно-тренировочные занятия;
2. учебно-тренировочные мероприятия (сборы);
3. спортивные соревнования.
 |
| Режим занятий | В соответствии с этапом и годом обучения:НП – занятие не более 2 астрономических часов 3-4 раза в неделю;УТ - занятие не более 3 астрономических часов 4-6 раз в неделю |
| Планируемые результаты освоения | **На этапе начальной подготовки**:- знание основ безопасного поведения при занятиях спортом;- повышение уровня физической подготовленности;- овладение основами техники вида спорта «лёгкая атлетика»;- овладение общими знаниями об антидопинговых правилах;- выполнение контрольно-переводных нормативов (испытаний);-участие в спортивных соревнованиях не ниже муниципального уровня.**На учебно-тренировочном этапе** -повышение уровня физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;-владение основными методами саморегуляции и самоконтроля;- знание правил вида спорта «лёгкая атлетика»;- знание антидопинговых правил;- соблюдение антидопинговых правил;-выполнение контрольно-переводных нормативов;-участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом - третьем году (не ниже уровня спортивных соревнований Томской области, начиная с четвертого года);-получить спортивный разряд третий, второй. |
| Условия реализации: |  |
| Место реализации | Верхнекетский район, р.п. Белый Яр, Стадион |
| Средства обучения | Тренажёрный зал – 1;Гимнастическая стенка (или шведская стенка) - 2;- Скамья гимнастическая - 4;- Мат гимнастический - 10;- Перекладина гимнастическая (турник) - 2;-Скакалка гимнастическая - 15;- Гантели - 10;- Стартовые колодки- 3. |