**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. |