Аннотация к дополнительной предпрофессиональной программе
в области физической культуры и спорта
по виду спорта «Легкая атлетика»

Программа разработана в соответствии федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 15 ноября 2018 года №939, с учетом требований к физкультурно-оздоровительным и спортивным услугам, обеспечивающих безопасность жизни, здоровья обучающихся, психофизических, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, а также основных положений нормативно-правовых документов и законов в сфере образования и физической культуры.

В основу программы положена «Дополнительная предпрофессиональная программа базового уровня по виду спорта «Легкая атлетика» к.п.н. Тимченко Е.С., утвержденная ФГБОУ «ФЦОМОФВ» в 2019 году.

Направленность программы – *физкультурно-спортивная.* Уровень сложности программы – *базовый и углубленный.* Программа направлена на создание условий для систематических занятий спортом максимально возможного числа детей и подростков, на развитие их личности, привитие навыков здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств, получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта (в том числе избранного вида спорта), определение специализации.

Актуальность программы заключается в доступности вида спорта для любого возраста, возможности использования легкоатлетических упражнений для всестороннего развития детей, укрепления здоровья, воспитания морально-волевых качеств, трудолюбия. В основе видов спорта легкой атлетики заложены естественные локомоторные движения человека, что объясняет доступность легкоатлетических упражнений и возможность варьировать тренировочную нагрузку. Занятия по легкой атлетике проводятся в любое время года не только на спортивных площадках, но и в естественных условиях, таким образом, обеспечивается всестороннее физическое развитие, укрепляется здоровье детей.

Цель программы - сохранение и приумножение здоровья молодого поколения, содействие гармоничному интеллектуальному и физическому развитию личности, обеспечение социальной адаптации и ориентация обучающихся на осознанный выбор пути личностного и профессионального развития.

Задачи образовательной программы:

— формирование базовых (начальных) знаний в области физической культуры и спорта, и сопутствующих дисциплин;

— обучение основам техники и тактики легкой атлетики;

— повышение уровня физической подготовленности обучающихся;

— формирование основ культуры спортивной безопасности и антидопингового поведения,

— приобретение опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях по виду спорта легкая атлетика;

— привитие интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, к занятиям по виду спорта легкая атлетика;

— воспитание чувства ответственности, самостоятельности, дисциплинированности, взаимоуважения; целеустремленности и настойчивости в достижении поставленных целей;

— формирование организаторских, коммуникативных навыков;

— мотивация к познавательной деятельности; формирование потребности к пополнению и расширению знаний.

Программа является основным документом при организации и проведении занятий по легкой атлетике в МАУ ДО «ДЮСШ№2» города Тобольска и содержит следующие *предметные области*:

Базовый уровень сложности	**Углубленный уровень сложности**
Обязательные предметные области	
Теоретические основы физической культуры и спорта	Теоретические основы физической культуры и спорта
Общая физическая подготовка	Общая и специальная физическая подготовка
Вид спорта – легкая атлетика	Вид спорта – легкая атлетика
	Основы профессионального самоопределения
Вариативные предметные области	
Различные виды спорта и подвижные игры	Различные виды спорта и подвижные игры
	Судейская подготовка

Адресат программы: дети в возрасте от 8 лет, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям легкой атлетикой, выполнившие нормативы по

контрольным упражнениям для зачисления. *Срок реализации* программы –8 лет, в том числе 6 лет базового уровня сложности и 2 года углубленного.

Наполняемость тренировочных групп определяется с учетом техники безопасности и составляет:

на базовом уровне сложности:

— в группах 1-3 года обучения - минимальная 10, максимальная 30 человек;

— в группах 4 года обучения – минимальная 10, максимальная – 25 человек;

— в группах 5-6 года обучения – минимальная 7, максимальная 25 человек;

на углубленном уровне сложности:

— в группах 1,2 года обучения - минимальная 7, максимальная 20 человек;

— в группах 3,4 года обучения – минимальная 5, максимальная – 20 человек.

Тренировочный процесс планируется в соответствии с расписанием, утвержденным приказом директора школы на учебный год. Продолжительность одного занятия при реализации программы рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и не может превышать 2 часов на 1-3 году обучения, 3 часов на 4-6 году обучения и в группах углубленного уровня сложности. Допускается проведение занятий одновременно с обучающимися из разных групп при условии, что разница в уровне подготовки не превышает двух спортивных разрядов, и не превышена единая пропускная способность спортивного сооружения.

Общий объем учебных часов за период обучения составляет: на базовом уровне сложности – 2208 часов; на углубленном уровне сложности – 1196 часов.

Освоение предметных областей образовательной программы осуществляется в рамках проведения теоретических и (или) практических занятий, включая тренировочные, физкультурные и спортивные мероприятия. *Формы организации занятий*: урочная (аудиторные – теоретические занятия, практические занятия), дистанционная (синхронная и асинхронная организация учебного процесса с применением дистанционных образовательных технологий), соревновательная (участие обучающихся в физкультурных и спортивных мероприятиях). Форма организации деятельности обучающихся на занятии: фронтальная, в парах, групповая.

Прогнозируемые результаты:

— укрепление здоровья и повышение уровня физической работоспособности;

— овладение необходимыми знаниями в области теории и методики физической культуры и спорта;

— разносторонняя подготовка, развитие физических качеств в области легкой атлетики;

— предпрофессиональная подготовка легкоатлетов и успешное выступление на соревнованиях, выполнение спортивных разрядов по легкой атлетике;

— подготовка квалифицированных спортсменов для пополнения сборных команд города и области по легкой атлетике.

Учебный план рассчитан на 46 недель, включает в себя календарный учебный график, расписание учебных занятий, план учебного процесса с указанием часов, отведенных на теоретические и практические занятия по предметным областям, в том числе участие в тренировочных, физкультурных и спортивных мероприятиях, самостоятельную работу обучающихся, формы аттестации.

Методическая часть программы включает учебный материал по основным предметным областям, его распределение по годам обучения и в годовом цикле; рекомендуемые объемы учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок и планирование по годам обучения; а также содержит практические материалы и методические рекомендации по проведению учебно-тренировочных занятий, систему выявления и отбора одаренных детей в дисциплинах легкой атлетики, требования безопасности в процессе реализации программы.

План воспитательной и профориентационной работы включает в себя систему мероприятий, направленных на воспитание гармонично развитой, социально активной, ответственной личности по направлениям: гражданско-патриотическое, профессионально-спортивное, нравственное и правовое – антидопинговые мероприятия, а также мероприятия, направленные на усвоение обучающимися необходимого объёма знаний о социально-экономических и психофизических характеристиках профессий отрасли физической культуры и спорта.

В разделе «Система контроля и зачетные требования» представлены комплексы контрольных упражнений, позволяющие провести промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся, перечень тестов по контролю освоения теоретической части программы и методические указания к проведению аттестации.

Перечень информационного обеспечения программы включает список нормативных документов, литературы, перечень интернет-ресурсов, необходимых для использования в образовательном процессе с учетом специфики вида спорта «легкая атлетика».