

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 5
города Можги Удмуртской Республики

**АННОТАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

Название программы	« Лёгкая атлетика »
Направленность программы	Физкультурно-спортивное направление
Срок реализации	1 год
Возраст учащихся	7-9 лет
Кадровое обеспечение	Воронцова Оксана Васильевна, педагог дополнительного образования
Актуальность программы	Актуальность занятий легкой атлетикой со школьниками обусловлена общественной потребностью развития здорового поколения. Ухудшение здоровья подрастающего поколения достигло масштабов национальной проблемы. Постоянно растет число детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи. Характерной особенностью является рост числа социально обусловленных заболеваний.
Цель программы	- создание оптимальных условий и содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка и укрепление здоровья занимающихся, через обучение легкой атлетике.
Задачи программы	- формировать основы знаний в области физической культуры и спорта; - формировать элементарные знания в области гигиены человека. - развить физические и специальные качества - расширить функциональные возможности организма - воспитать чувство дисциплинированности, ответственности. -формировать навыки (привычку) к самостоятельным занятиям физической культурой (легкой атлетикой) в свободное время.
Результаты освоения программы	- дисциплинированность, активность, самостоятельность, инициативность - формировать элементарные знания в области гигиены человека; - формировать основы знаний в области физической культуры и спорта, развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма, формировать навыки (привычку) к самостоятельным занятиям физической культурой (легкой атлетикой) в свободное время. - развивать специальные качества легкоатлета. - выполнять самостоятельно упражнения, комплексы упражнений для формирования двигательных действий и упражнения на развитие специальных физических качеств, приобретут умения в выполнении элементов выбранного вида спорта (бег, метание, прыжок)

Разноуровневость программы	позволяет: <ul style="list-style-type: none">• поднять уровень физического здоровья среди детей младшего школьного возраста;• развить логическое, пространственное и ассоциативное мышление при занятиях физической культурой;• развить физические качества: ловкость, гибкость, сила, скорость, выносливость;• сформировать мотивацию к занятиям физической культурой;• подготовить детей к дальнейшим занятиям физической культурой и спортом и возможность участвовать в городских соревнованиях .
-----------------------------------	---

