

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДОМ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ
МОСКОВСКОГО РАЙОНА ГОРОДА КАЗАНИ

«Принята» на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от «31» августа 2023 г.



«Утверждаю»
Директор МБУДО «ДДЮТиЭ»
А.А. Рубинский

приказ № 94 от «01» сентября 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст учащихся: от 10 до 14 лет.

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Соколов Сергей Артёмович
педагог дополнительного образования

Казань 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Для создания наиболее благоприятных условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Лёгкая атлетика» МБУДО «ДДЮТиЭ» Московского района города Казани заключило договор о сетевом взаимодействии с МБОУ «Гимназия № 20 "Гармония"». Предусмотрено проведение совместных мероприятий с использованием помещений и оборудования.

Актуальность программы «Лёгкая атлетика»: программа решает проблемы повышения мотивации здорового образа жизни, популяризации ценностей физической культуры и спорта среди подрастающего поколения, тем самым отвечает на запросы государства и общества. Поскольку традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях на современном этапе все еще не обеспечивает необходимого уровня физического развития и подготовленности учащихся, реализация дополнительной общеразвивающей программы в системе дополнительного образования детей позволяет увеличить двигательную активность детей, а также расширить внеурочную физкультурно-оздоровительную и спортивную работу, позволяющую заложить фундамент крепкого здоровья молодого поколения нашей страны.

Цель программы: создание системы педагогической работы, направленной на всестороннее физическое развитие детей, укрепление их здоровья, повышение функциональных возможностей организма.

Задачи:

Образовательные:

- овладение теоретическими знаниями в вопросах спортивной подготовки;
- овладение двигательными действиями и навыками;
- овладение знаниями по правилам поведения на занятиях, личной гигиене и др.

Воспитательные:

- формирование потребности к занятиям физической культурой;
 - соблюдение навыков спортивной этики, дисциплины, любви и преданности своему коллективу;
- формирование личностных качеств (самостоятельность, целеустремленность, настойчивость, решительность, самодисциплина).

Оздоровительные:

- укрепление здоровья, соблюдение требований личной и общественной гигиены, гигиена тренировки;
- повышение уровня общей и специальной физической подготовки (развитие физических качеств);
- повышение работоспособности организма.

Отличительные особенности программы: Программа характеризуется усложнённым содержанием игровой и двигательной деятельности, ориентацией на двигательную инициативность и соревновательность, активизацией лидерских способностей, обогащением физкультурно-оздоровительной среды, осуществлением физкультурно-образовательной деятельности с учетом двигательных потребностей ребенка.

Предполагаемые результаты учащихся:

1. Разносторонняя и повышенная физическая подготовленность учащихся (спортивная выносливость, ловкость, быстрота, гибкость, подвижность).
2. Сформированность организационно-методических умений, необходимых для самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом, организационных навыков.
3. Умение взаимодействовать с партнерами в игровых и соревновательных ситуациях, высокоразвитые волевые и моральные качества личности.
4. Снижение показателей заболеваемости учащихся, увеличение показателя индекса здоровья.
5. Достичь сплоченного, трудолюбивого, здорового и думающего коллектива, пропагандировать физическую культуру для большего привлечения детей в объединение с целью занять и увести с улицы.

Адресат программы: учащиеся в возрасте 10-14 лет.

Объем и срок освоения программы: 1 год обучения, 144 часа в год, 4 часа в неделю.