**Аннотация**

**к дополнительной предпрофессиональной программе по легкой атлетике**

  Дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта направлены на отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития, получение ими начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта (в том числе избранного вида спорта) и подготовку к освоению этапов спортивной подготовки.

Программа в МОАУДО ДЮСШ №3 по футболу разработана в соответствии с законами, нормативно - правовыми актами и федеральными стандартами по видам спорта:

* Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ.
* Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам».
* Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
* Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».
* Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 731 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта».
* примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР «Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции» (авторы Зеличенок В.Б., Никитушкин В.Г., Чесноков Н.Н., Бауэр В.Г.);
* примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР «Легкая атлетика. Бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба» (авторы Ивочкин В.В., Травин Ю.Г., Королев Г.Н., Семаева Г.Н.);
* примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР «Легкая атлетика. Прыжки» (авторы Радич И.Ю., Зеличенок В.Б., Ивочкин В.В.).

**Вид спорта (скоростно-силовой ): лёгкая атлетика**

Дополнительные предпрофессиональные программы по плаванию позволяют последовательно решать задачи физического воспитания и образования на всех этапах многолетней спортивной подготовки.

**Возраст обучающихся: 9 лет – 21 год**

**Срок реализации программ: 8 лет**

В программе представлен программный материал для групп этапа начальной подготовки, учебно-тренировочного этапа, этапа спортивного совершенствования с учетом объема часов учебной нагрузки, определенного учебным планом МОАУДО ДЮСШ №3

В программе представлена модель построения системы многолетней подготовки спортсмена, планы построения тренировочного процесса и основные принципы спортивной подготовки по годам обучения*.*

**Цель этапа начальной подготовки:** обучение двигательным действиям.

**Основные задачи этапа начальной подготовки:**

1. Укрепление здоровья.

2. Улучшение физического развития.

3. Овладение основами техники выполнения упражнений.

4. Разносторонняя физическая подготовленность.

5. Выявление задатков и способностей, привитие интереса к тренировочным занятиям.

6. Воспитание черт характера.

**Цель учебно-тренировочного этапа**: воспитание спортсменов высокой квалификации.

**Основные задачи учебно-тренировочного этапа:**

1. Укрепление здоровья.
2. Гармоничное физическое развитие.
3. Укрепление опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы средствами общей и специальной физической подготовки.
4. Повышение уровня скоростных, силовых и скоростно-силовых качеств.
5. Приобретение соревновательного опыта.
6. Приобретение теоретических знаний по тренировке в беге на короткие дистанции.

В данной программе учебный материал представлен в разделах, отражающих прием контрольных нормативов и следующие виды подготовки: теоретическая, общая и специальная физическая. Специальная физическая подготовка, начиная с учебно-тренировочного этапа, подразделяется на специализацию тренировочного процесса: бег на короткие дистанции, бег на средние и длинные дистанции, прыжки, многоборье. Представлены нормативы по общей и специальной физической подготовке в соответствии со специализацией обучающихся, а также перечень учебно-методических средств обучения.

**Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:** групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика обучающихся.

**Контроль за освоением курса обучения по программам отслеживается следующим образом:**

- оценкой критериев эффективности подготовки обучающихся по данной программе;

- нормативные требования по общей и специальной физической подготовке;

- контрольное тестирование проводится два раза в год (сентябрь-октябрь, апрель - май);

- участие в соревнованиях, по результатам которых возможно присвоение соответствующего разряда.