

Рабочая программа по «Лёгкой атлетике» предназначена для спортивно-оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту,

Рабочая программа составлена на основе внеурочной деятельности учащихся. Лёгкая атлетика: пособие для учителей и методистов.

Цель программы:

Создание условий для массового привлечения детей и подростков к занятиям лёгкой атлетикой в спортивно-оздоровительных группах.

Задачи программы:

1. Отбор способных к занятиям лёгкой атлетикой детей.
2. Формирование стойкого интереса к занятиям.
3. Всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
4. Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, выносливости, равновесия, координационных способностей)
5. Обучение основным приёмам техники бега, прыжков, метания..
6. Привитие навыков соревновательной деятельности.

Необходимость составления рабочей программы для спортивно-оздоровительного этапа подготовки на 5 лет обучения обусловлена рядом особенностей, присущих работе с детьми в условиях посёлка. Это, прежде всего объективные проблемы при наборе детей связанные с малой численностью детей одного года рождения, на этапе формирования групп спортивно-оздоровительной подготовки.