**Аннотация к программе по легкой атлетике**

Вид спорта: **Легкая атлетика**Возраст обучающихся: 10-18 лет   
Программа составлена на основе программы по легкой атлетике для детско-   
юношеских школ.   
Срок реализации программы: 8 лет:   
- этап начальной подготовки – 3 года   
- этап учебно -тренировочный – 5 лет   
**Цель программы:**   
объединить основные методические положения и опираясь на особенности современного этапа развития спорта, построить рациональную единую систему многолетней подготовки легкоатлетов, воспитание спортсменов высокой квалификации.   
**Задачи программы:**   
- укрепление здоровья;   
- формирование потребности в здоровом образе жизни, в занятиях спортом;   
- гармоничное развитие личности обучающихся, разносторонняя физическая подготовка;   
- выполнение нормативных требований, спортивных разрядов;   
- подготовка инструкторов и судей по легкой атлетике.   
Программа направлена на:   
- отбор одаренных детей для занятий легкой атлетикой;   
- создание условий для гармоничного физического развития юных легкоатлетов,   
разносторонней подготовки, укрепление здоровья, повышение уровня физической   
работоспособности и функциональных возможностей организма;   
- развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание.   
Программа включает учебный материал по основным видам подготовки, его   
распределение по годам обучения и в годичном цикле, рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок и планирование спортивных результатов по годам обучения, организацию и проведение педагогического контроля.   
Прогнозируемые результаты:  
в результате реализации программ обучающиеся достигают следующих результатов:   
- 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;  
- выполнение спортивных разрядов.   
Контроль за освоением курса обучения по программе отслеживается следующим   
образом:   
- 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.