

Аннотация к рабочей программе по предмету дополнительного образования «Легкая атлетика»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа спортивной направленности «Легкая атлетика» предназначена для обучения в общеобразовательных школах для учащихся 11-15 лет. В секцию принимаются все желающие обучающиеся данного возраста, допущенные по состоянию здоровья врачом. Цель: создание наиболее благоприятных условий для физического развития и раскрытия личностного потенциала каждого ребенка посредством занятий легкой атлетикой. Задачи: обучить тактическим действиям; обучить приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях; овладеть навыками регулирования психического состояния, воспитать чувство ответственности, дисциплинированности, воспитать привычки к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время; формировать потребности к ведению здорового образа жизни, способствовать укреплению здоровья; содействовать гармоничному физическому развитию; развивать двигательные способности детей; создавать надежную базу физического совершенствования и подготовленности для любых форм двигательных проявлений в различных областях труда и спорта.