

**АНОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ
“ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА 856”**

Составитель данной рабочей программы: **Меркулов Олег Игоревич**

Контингент обучающихся: **8-14 лет**

Актуальность программы объясняется необходимостью популяризации и развития двигательных навыков, физических качеств, учащихся на этапе становления организма в условиях гиподинамии, связанной с изменением образа жизни современной молодежи. Спортивная ходьба, как основополагающая дисциплина групп видов легкой атлетики, как нельзя лучше подходит для решения этой задачи.

Отличительными особенностями программы являются:

- воспитание спортивного духа
- формирование личностных качеств победителя
- освоение основ психологии спорта
- знакомство с принципами здорового образа жизни
- адаптация к систематическим занятиям физической культурой
- воспитание лояльности к выбранному виду спорта
- межвозрастная интеграция – преемственность опыта и навыков
- донесение идеи о благотворном влиянии спорта на интеллектуальное развитие индивидуума и прочее.

Формы обучения и виды занятий.

Помимо тренировочных занятий в программе используются:

- выходы на природу
- выезды на спортивные объекты
- подвижные и спортивные игры
- мастер-классы, проводимые силами учеников взрослой группы
- совместные со старшими коллективные занятия.

Цель программы – укрепление здоровья занимающихся.