**Аннотация**

**к рабочей программе по ЛЁГКОЙ АТЛЕТИКЕ**

**для групп УТГ-1 года обучения**

Рабочая программа по лёгкой атлетике разработана на основе дополнительной предпрофессиональной программы по лёгкой атлетике для Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования Детско-юношеской спортивной школы Песчанокопского района.

Рабочая программа составлена тренером-преподавателем отдельно на каждый этап подготовки и рассчитаны на один учебный год.

Рабочая программа по легкой атлетике разработаны в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273- ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", соответствуют Федеральным государственным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта по группе видов спорта «циклические, скоростно-силовые виды спорта и многоборья» и к срокам обучения по этим программам, учитывают требования федерального государственного стандарта спортивной подготовки по виду спорта легкая атлетика, возрастные и индивидуальные особенности обучающихся.

Рабочая программа составлены для:

- тренировочного этапа 1-го года обучения.

Годичный цикл в рабочей программе рассчитан на 46 недель учебных занятий непосредственно в условиях ДЮСШ и 6 недель работы по индивидуальным планам и в спортивно-оздоровительных лагерях.

Планирование годичного цикла тренировки зависит от задач конкретного этапа подготовки, календаря спортивно-массовых мероприятий и сроков проведения основных стартов года.

Структура рабочей программы составлена в соответствии с требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации №730 от 13.09.2013 года.

Структура рабочей программы содержит следующие предметные области:

- теория и методика физической культуры и спорта;

- общая физическая подготовка;

- избранный вид спорта;

- другие виды спорта и подвижные игры;

- технико-тактическая и психологическая подготовка.

Рабочая программа учитывают особенности подготовки обучающихся по виду спорта лёгкая атлетика, в том числе:

- построение процесса подготовки в строгом соответствии со спецификой соревновательной деятельности в избранном виде спорта, дисциплине вида спорта (при наличии);

- преемственность технической, тактической, физической, психологической подготовки в избранном виде спорта;

- повышение уровня специальных скоростно-силовых качеств и совершенствование специальной выносливости;

- использование оптимальных объемов специальной подготовки, моделирующей соревновательную деятельность.

Результатом освоения Рабочей программы по предметной области является комплекс контрольных упражнений, которые дают оценку развития основных физических качеств (скоростные качества, скоростно-силовые качества, выносливость, силовые качества, координация).

Состав упражнений подбирается с учетом задач комплексной оценки уровня общей физической подготовленности на этапах многолетней подготовки.

Перевод обучающихся на последующий год обучения в ТЭ осуществляется по одному из параметров:

- при условии выполнения классификационных разрядных требований спортивных норм соответствующих этапу подготовки;

- выполнение требований контрольного тестирования по ОФП и СФП соответствующих виду спорта.

В 2015-2016 учебном году занятия проводятся в 1 группе:

* учебно-тренировочная группа первого года обучения (УТ-1)- 12 человек

Занятия в группах УТ-1, проходят на базе ПСОШ № 1с Песчанокопское.

Обучение ведется на русском языке.

Учебно-тренировочные занятия в проводятся в соответствии с учебным планом, рассчитанным на 46 недель с 01 сентября 2015 года по 30 июня 2016 года. Программа рассчитана на 624 часа в группе УТ-1.

Продолжительность одного занятия в учебно-тренировочной группе – 3-4 академических часа (один час- 45 минут).