МАОУ СОШ №1 г.Ивделя
Подписано цифровой подписью: МАОУ СОШ №1 г.Ивделя
Дата: 2024.09.26 16:16:09 +05'00'

Описание
Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-оздоровительной направленности «Легкая атлетика»

Наименование образовательной программы - Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-оздоровительной направленности «Легкая атлетика».

Форма обучения: очная.

Нормативный срок обучения: программа рассчитана на 1 год обучения обучающихся 10-15 лет.

Язык, на котором осуществляется обучение: русский.

Учебные предметы, курсы, дисциплины (модули): «Легкая атлетика».

Методы и формы работы: индивидуальные, групповые. Занятия в рамках программы проводятся, в форме тренировок, лекций, экскурсий, просмотра видеоматериала, соревнований, товарищеских встреч, сдачи контрольных нормативов, мониторинга, контрольного тестирования, самостоятельных подготовок, индивидуальных занятий.

Форма проведения занятий: физические упражнения (разминка, ОРУ, специальные упражнения, технико-тактические упражнения, игровые упражнения, игры), беседы по правилам и судейству соревнований. Направленность: физкультурно-оздоровительная.

Цель программы –формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры, а в частности легкой атлетики, в организации здорового образа жизни.