



Утверждаю
Директор ГБОУ Лицея №1575
И.И. Боброва

Приложение № 45
к приказу № 1/13 от 01.09.2014 г.

**Положение об организации
дополнительной активности учащихся
Активность: Соревнование по легкой атлетике**

Направленность: физкультурно-спортивная.

Цель: формирование культуры здорового образа жизни, укрепление здоровья учащихся.

Задачи:

- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в двигательной активности;
- выявление, развитие и поддержка учащихся, проявляющих выдающиеся способности в данной области;
- приобретение соревновательного опыта учащихся и формирование спортивной культуры учащихся.

Сроки обучения: 1 год.

Возрастные категории: 7-10, 11-13, 14-18.

Формы обучения: очная.

Вид активности: внеаудиторная.

Формы проведения занятий: тренировка, эстафета, игра.

Образовательные технологии: смешанные.

Содержание программы:

№	Содержание программы (разделы, темы)	Количество часов			Примечание
		теории	практики	всего	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности при проведении занятий.	2		2	Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура»
2.	Бег на короткие дистанции: - правила безопасности и гигиенические требования на занятиях по бегу, - беговые и прыжковые упражнения, - отработка низкого и высокого старта, - стартовый разгон и бег по дистанции, - игры с бегом.		12	12	
3.	Прыжки в длину: - правила безопасности и гигиенические требования на занятиях по прыжкам в длину, - освоение техники отталкивания, - тренировочные упражнения по прыжкам в длину, - игры с прыжками.		4	4	

4.	Прыжки в высоту: - правила безопасности и гигиенические требования на занятиях по прыжкам в высоту, - беговые и прыжковые упражнения, - тренировочные упражнения по прыжкам в высоту, - игры с прыжками.		2	2	
5.	Метание: - правила безопасности и гигиенические требования на занятиях по метанию, - упражнения для отработки техники метания, - тренировочные упражнения по метанию, - игры с метанием.		4	4	
6.	Привлечение ресурсов.		1	1	
7.	Организация и проведение соревнований.		1	3	
8.	Подведение итогов.		6	6	

Форма промежуточной аттестации:

- сдача зачетов по техническим приемам,
- сдача нормативов,
- подвижные игры с элементами легкой атлетики,
- комбинированные эстафеты,
- публикация об итогах соревнования.

Форма итоговой аттестации:

- Соревнование;
- Мини-Олимпиада.