**Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Легкая атлетика»** предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке «легкая атлетика» по спортивной дисциплине многоборье в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа «Центр физического развития».

**В программе представлен материал по видам многоборья легкой атлетики для девушек и юношей от 9 до 17 лет и старше.**

Классическими видами многоборья являются: у мужчин – десятиборье, у женщин – семиборье. В состав десятиборья входят: 100м, длина, ядро, высота, 400м, 110м с/б, диск, шест, копье, 1500м. У женщин в семиборье входят следующие виды: 100м с/б, ядро, высота, 200м, длина, копье, 800м. К неклассическим видам многоборья относятся: восьмиборье для юношей (100м, длина, высота. 400м, 110 м с/б, шест, диск, 1500м); пятиборье для девушек (100м, ядро, высота, длина, 800м). В спортивной классификации определены многоборья: у женщин пятиборье, четырехборье и троеборье, у мужчин десятиборье, семиборье, шестиборье, пятиборье, четырехборье и троеборье.

**Основными формами** осуществления спортивной подготовки являются: групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; тренировочные сборы; участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях; инструкторская и судейская практика; медико-восстановительные мероприятия; тестирование и контроль

Подготовка спортсменов проводиться в несколько этапов, которые имеют свои специфические особенности. Главным отличием является возраст и уровень физического развития обучающихся, зачисляемых в ту или иную группу подготовки. Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности обучающихся являются: выполнение нормативных требований по общей физической подготовке, специально - технической подготовке и спортивных разрядов Всероссийской Единой спортивной классификации в соответствии с требованиями по годам обучения.