

Раздел программы – легкая атлетика, ОФП

**для учащихся, относящихся по состоянию здоровья к основной и подготовительной группам здоровья:**

аттестация при выполнении контрольных и тестовых нормативов по легкой атлетике и общей физической подготовке

- Бег 30 метров (60 метров)
  - Бег 500 метров
  - Бег 1000 метров без учета времени
  - Прыжок в длину (прыжок в длину с места)
  - Метание спортивного снаряда в цель
  - Техника эстафетного бега
  - Бег на время 3 мин (развитие выносливости)
- 

**для учащихся, освобожденных по состоянию здоровья от практических занятий физической культурой и сдающих предмет теоретически:**

Темы рефератов (1 тема на выбор):

1. Здоровый образ жизни
2. Виды легкой атлетике в программе Олимпийских игр, правила соревнований
3. Олимпийские чемпионы-легкоатлеты из Санкт-Петербурга
4. Папа, мама и я – спортивная семья
5. Бег и прыжки в легкой атлетике

Форма аттестации – защита реферата