**План**

Введение

1. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике (эстафеты, пробеги)

1.2 Лёгкая атлетика в школе.

1.3 Лёгкая атлетика в СУЗах и ВУЗах города

1.4 Сущность спортивных соревнований

2. Основные вопросы организации спортивных соревнований.

## 2.1 Форма проведения соревнований и календарь

2.2 Особенности организации и проведения соревнований по спортивным играм.

3. Условия проведения эстафеты

3.1 Бега и их краткая характеристика

3.2 Участники соревнований

4. Цели и задачи соревнований по легкой атлетике в г.Хабаровске.

5. Приоритетные направления развития физической культуры и спорта на 2006-2009 гг в Хабаровске.

Заключение

Список литературы

**Введение**

В нашей работе мы расскажем о легкой атлетике и о известных людях которые связали свою жизнь с этим сложным видом спорта, требующим полной отдаче физических и духовных сил. Но нашему легкоатлетическому спорту есть кем и чем гордиться.

Между тем наиболее массовым и доступным видом спорта в действительности является легкая атлетика. В Хабаровском крае только в трех детско-юношеских спортивных школах занимаются более 1500 юношей и девушек, многие из них неоднократно становились победителями и призерами российских стартов различного уровня.

Легкая атлетика объединяет упражнения в ходьбе, беге, прыжках, метаниях, многоборьях, основу которых составляют естественные движения человека, обеспечивающие наиболее гармоничное развитие. Они повышают функциональные возможности человека, позволяя обрести уверенность в своих силах, смелость, находчивость, решительность. В Хабаровске подлинное развитие легкой атлетики началось в 1930-х гг.

Трудно перечислить всех победителей городских и краевых соревнований. Вот наиболее яркие имена:

Коваленко Яна - чемпионка города по бегу,

Кочетова Женя - неоднократный призёр Зоны ДВ и Сибири, пятикратная чемпионка Хабаровского края по прыжкам в длину.

Кошурник павел, бегун, многократный призёр и чемпион Зоны ДВ и Сибири,

Куимов Евгений, также бегун, призёр и чемпион Зоны ДВ и Сибири.

Чиханцова Светлана и Кулик Светлана - неоднократные чемпионки края, участники Первенства Вооружённых сил России, Тютюков Максим, чемпион края, бегун.

**1. Организация и проведение городских, краевых, региональных соревнований по легкой атлетике (эстафеты, пробеги)**

*Городская федерация лёгкой атлетики*

Федерация города Хабаровска по лёгкой атлетике необходима для решения стратегических задач развития этого вида спорта в муниципалитете, представления результатов работы городской администрации. Должность председателя выборная, и выбирается на годовом собрании федерации. Членом федерации может стать только штатный работник сферы образования или специалист, разбирающийся в области физической культуры и спорта, выбранный большинством голосов на ежемесячном собрании федерации.

Легкая атлетика, как часть физической культуры и ее место в системе оценки уровня физической подготовленности населения (в общеобразовательных школах, СУЗах, ВУЗах, Вооруженных силах).

Легкая атлетика имеет основополагающее значение т.к. это естественные виды двигательной активности человека, показатели которых легко измерить и описать.

По масштабу бывают: низовые, районные, городские, областные, краевые, республиканские, всесоюзные, международные — предусматривают преемственность в решении поставленных перед ними задач.

По представительству соревнования делятся на территориальные — в команде могут быть представители только одной республики, одного города, района или школы. К таким соревнованиям относятся первенства ЦС ДСО и ведомств, спартакиады школьников, спартакиады народов России; ведомственные — в командах соревнуются представители разных городов, принадлежащих одному ДСО или ведомству.

По характеру соревнования могут быть классификационные— на них присваивается спортивный разряд: не классификационные— разряд не присваивается; закрытые - без участия зрителей, имеющие целью специальный просмотр, бет допуска представителей других городов, стран, ведомств; открытые — допускаются все желающие выступать гимнасты, независимо от принадлежности к ДСО, ведомству, городу, стране; конкурсы - выполняются отдельные элементы или связки на видах гимнастического многоборья по предварительным заявкам;

«с листа» - по неизвестной заранее программе; по упрощенным программам и правилам – соревнуются не по всем видам многоборья, по специально разработанной программе, по выбору соревнующимися в комбинации при наличии двух; по облегченным правилам судейства: без спец требований, без временного норматива, с двумя попытками.

*Проведение соревнований*

Любая спортивная деятельность уже подразумевает под собой наличие соревнований. Лёгкая атлетика позволяет проводить соревнования в любой период времени года, даже зимой, если есть в наличии либо большой спортивный зал, а лучше лёгкоатлетический манеж.

Проведение городских соревнований в течение всего года позволит не только стимулировать подготовку, но и определить индивидуальные особенности каждого занимающегося, так как один способен ярко выразить свои возможности весной, другой летом, третий осенью, а иной только зимой.

Квоты участников, наличие возрастных групп, минимальный возраст участников и иные регламентные моменты регулируются Положениями соответствующих соревнований.

Рекомендуется:

Не допускать до участия в соревнованиях краевого уровня, в т.ч. открытых, спортсменов, не имеющих опыта участия в соревнованиях городского и приравненного к ним уровня, а также не прошедших в течение года квалификационных раундов городских и приравненных к ним соревнований. Обоснование: ограничение количества участников за счет отсева заведомо не соответствующих по уровню подготовки спортсменов (в т.ч. с позиции обеспечения их безопасности).

Рекомендуемый возраст участников для соревнований в старших группах – от 16 лет. Участников младше 16 лет рекомендуется допускать лишь в исключительных случаях, при условии наличия должного уровня подготовки и разрешения родителей.

**1.2 Лёгкая атлетика в школе**

На этом рубеже проводить работа по отбору, набору и начальной подготовке юных лёгкоатлетов. Очень важно вовремя заметить и начать первичную подготовку. В настоящее время эта работа проводиться учителями физической культуры и одним человеком из спорткомитета. Такое положение вещей не допустимо. Чтобы более чётко решалась эта задача следует ежегодно организовывать на платной основе рабочую группу из профессиональных специалистов.

В школах, где учиться более тысячи учащихся и есть минимум условий материальной базы, необходимо рассмотреть возможность о введении секции лёгкой атлетики. Тренерско-преподавательская группа тестирует учащихся по заранее подготовленным программам ежегодного мониторинга, занимается отбором и набором одарённых детей по трём и более возрастным группам, готовит к предстоящим соревнованиям на тренировочных занятиях по видам лёгкой атлетики и представляет сборную команду школы на городских мероприятиях. Кроме этого в каждой школе необходимо вести ежегодный учёт о:

* количестве занимающихся школьников в спортивных секциях и стимулировать их рост
* качестве физической подготовки, выводя средний результат по проводимым тестам и соревнованиям
* рекордах школы по видам лёгкой атлетики
* десяти лучших лёгкоатлетов школы

Всю обработанную информацию следует вывешивать на стенд, красиво оформив.

Параллельно тренером по лёгкой атлетике ведётся работа по подготовке и участию сборной школы на городских соревнованиях.

Результатом качественной работы на данном этапе подготовки может служить конкретный результат на городской спартакиаде учащихся. Здесь можно увидеть не только как проводилась работа в течение года, но и наметить группу абитуриентов. Наилучшим показателем отлично выполненной работы будет подготовка школой выпускника с первым спортивным разрядом в избранном виде лёгкой атлетики, хорошо – ряд спортсменов со вторым разрядом.

**1.3 Лёгкая атлетика в СУЗах и ВУЗах города**

Следующий закономерный этап подготовки мастеров – это дальнейшее обучение в высшем учебном заведении. Основной задачей этого звена цепи непрерывной подготовки высококлассных специалистов является обеспечить студента всеми необходимыми теоретическими знаниями, практическими умениями для успешного развития не только чисто спортивных качеств, но и патриотических. Ведь мы должны с вами не забывать, что спорт это не только закачивание мускул людей-биороботов, ради меркантильных интересов группы заворовавшихся «руководителей», но и как мощнейшее средство развития человека как личности. Личность всегда стремиться к саморазвитию творческих начал, ради улучшения общего благосостояния, ради гармонии с природой. И об этом не следует забывать на этом временном отрезке подготовки.

Конечно же, как и в школах, необходимо вести учёт о количестве занимающихся, рекордах, проводить ежегодно внутренние соревнования и т.д. Параллельно отслеживать участие лучших лёгкоатлетов не только на городских соревнованиях, но и областных, российских и т.д.

Легкая атлетика является составной частью физической культуры и обладает всеми присущими ей функциями. Объединяет естественные движения человека.

*Она представлена:*

*1. В спорте.*

*2. В системе физкультурного воспитания и контроля уровня физической подготовленности различных слоев населения.*

*3. В рекреации и организации досуга населения.*

*4. В реабилитации населения средствами физической культуры.*

В школах, средних учебных заведениях и вооруженных силах легкая атлетика представлена различными видами.

Легкая атлетика как естественно-эмпирическая основа теории и методики физического воспитания и спорта (исторический аспект). Легкая атлетика явилась эмпирической базой теории спортивной тренировки и теории физического воспитания. Это обусловлено историческим фактором, широким распространением в мире, возможностью точно дозировать тренировочную работу и учитывать нагрузку, получаемую спортсменом и объективностью регистрации параметров работы и нагрузки.

На всем протяжении человеческой истории физические упражнения широко использовались для подготовки людей к исполнению своих социальных функций. От умения быстро бегать, точно и далеко менять, далеко и высоко прыгать зависела жизнь древнего человека.

Легкая атлетика характеризуется большим разнообразием соревновательных упражнений и значительным количеством различных способов и вариантов их выполнения.

Для четкой классификации легкоатлетических упражнений их объединяют в 5 групп по сущности упражнений, каждая из которых имеет свои виды и разновидности:

1. Спортивная ходьба.

2. Бег. На короткие дистанции, на средние, длинные, марафонский, с барьерами, эстафетный.

3. Прыжки. В высоту, в длину, тройной, с шестом.

4. Метания. Толкание ядра, метание копья, диска, молота.

5. Многоборья. Троеборье, семиборье, десятиборье.

По целевым установкам, где определяющим является:

а) скорость передвижения спортсмена.

б) дальность и высота полета спортсмена.

в) дальность полета спортивного снаряда.

По качествам, определяющим результативность упражнений:

а) скоростно-силовые виды;

б) виды, связанные с проявлением выносливости.

По характеру двигательных действий: циклические, ациклические, комплексные. Легкую атлетику называют «Королевой спорта», т.к. ее программа во всех крупнейших соревнованиях (включая и Олимпийские игры) является самой обширной по количеству разыгрываемых комплектов наград.

**1.4 Сущность спортивных соревнований**

Спортивное соревнование – это состязание (соперничество) людей в игровой форме с целью выяснения преимущества в степени физической подготовленности, в развитии некоторых сторон сознания.

Соревнования позволяют решать педагогические, спортивно-методические и общественно политические задачи. Во время спортивных соревнований решаются те же педагогические задачи, что и на занятиях физической культурой и спортом в целом, т.е. совершенствование физической, технической, тактической, психической и теоретической подготовленности. Однако при этом все сдвиги, происходящие в организме, превосходят уровень, характерный для тренировочных занятий. Соревнования – одна из действенных мер повышения тренированности спортсмена. Особенно велико значение спортивных соревнований для формирования волевых черт характера. Они также способствуют развитию в целом физкультуры и спорта и позволяют педагогически воздействовать на зрителей.

Спортивные соревнования – яркое, эмоциональное зрелище. Удовольствие от спортивных зрелищ возникает вследствие соучастия в них зрителя, которого привлекает высокий уровень развития двигательных качеств, смелые и решительные действия участников, их высокие достижения.

**2. Основные вопросы организации спортивных соревнований**

Функции преподавателей физической культуры и спорта, организаторов соревнований, спортивных судей и спортивных врачей, связанные с организацией и проведением спортивных соревнований, различаются в зависимости от характера деятельности этих людей.

Одной из важнейших функций преподавателей физкультуры и спорта является подготовка занимающихся к участию в спортивных соревнованиях. Прежде чем допускать участников к официальным соревнованиям, следует не только обучить их спортивной технике и тактике, определенному кругу знаний и развить необходимые двигательные качества, но и научить их соревноваться. Для этого им необходимо участвовать в прикидках, контрольных и учебных соревнованиях. Правила в них могут быть упрощены или изменены самим преподавателем. Например, уменьшается количество попыток или размеры площадки, длина дистанции, определяется победитель по качеству выполнения спортивных упражнений и т.д.

К мерам организационно-методического характера, связанным с проведением спортивных соревнований, прежде всего относится составление календарного плана соревнований по данному виду спорта. В нем указывается название соревнований, сроки и место их проведения и ответственные за их организацию лица. Календарь спортивных соревнований по каждому виду спорта составляется для мальчиков и девочек (если последние в них участвуют) и для каждой возрастной группы в отдельности.

Важным условием при составлении календарного плана является традиционность намеченных мероприятий по срокам, программам, участвующим лицам. Это повышает интерес к ним детей, облегчает организацию учебно-тренировочного процесса, делает соревнование более популярным у зрителей. Спортивные соревнования являются стимулом для систематических тренировок и способствуют росту спортивных результатов, если они проводятся регулярно. Целесообразность участия в определенном количестве соревнований зависит от спортивной подготовки учеников.

Таким образом, календарь спортивных соревнований надо составлять так, чтобы намеченные соревнования были разнообразными по масштабу, составу участников и условиям проведения, традиционными по срокам, составу, месту проведения.

Другая важная мера организационно-методического характера – это составление положения о соревнованиях. В нем указывается:

Название соревнований.

Сроки.

Место проведения.

Задачи данного соревнования.

Программа и порядок проведения по дням.

Состав участников.

Система зачета (определения победителей)

Форма награждения.

Если соревнования носят командный или лично-командный характер, в положении указывается система определения победителей в командном зачете. В каждом отдельном случае она может быть разной. Например, в лыжных гонках командное первенство определяется по сумме времени, или сумме мест, или сумме очков, полученных так называемыми зачетными участниками.

Для участия в соревнованиях необходимо в установленные сроки подать заявку в предварительной форме, а затем в окончательной. Первая заявка содержит желание данной команды участвовать в соревнованиях. Во второй заявке приводятся данные о составе участников и некоторые другие сведения. В некоторых видах спорта в начале или в ходе соревнований по разрешению главного судьи могут быть сделаны перезаявки, т.е. вместо одного участника может быть выставлен другой и т.п. На основании поданных заявок составляются протоколы соревнований.

Для проведения соревнований необходимо позаботиться о приведении мест, оборудования и инвентаря в полное соответствие с установленными правилами, их высоком качестве и необходимом количестве.

Если в программу включено несколько разновидностей одного вида спорта, необходимо заранее составить график соревнований, т.е. определить последовательность и время проведения каждого из них. Зная среднюю продолжительность выполнения упражнения, количество попыток и количество участников, можно определить общую продолжительность соревнований и на основе этого составить график проведения.

Для обслуживания спортивных соревнований в соответствии с их видом и масштабом, организатор назначает врача и другой медицинский персонал.

Важнейшим документом, регулирующим проведение соревнований и влияющим на их результаты, являются правила соревнований по данному виду спорта. В них регламентируются действия судей и участников, предусматриваются условия выявления победителей и, кроме того, определяются нормы поведения спортсмена, содержится перечень запрещенных действий, влекущих за собой наказание, ущемляющее интересы команды.

Таким образом, на спортсмена, нарушившего правила, действует не только решение судьи по отношению к нему лично, но и сознание, что команда испытывает урон из-за его неправильных поступков.

Главным организатором и руководителем спортивных соревнований, ответственным за их проведение и, в известной мере, за достигнутые результаты, является спортивный судья, назначаемый из числа преподавателей физической культуры одной или нескольких организации.

Судья ответствен и за здоровье участников соревнований.

Во всех случаях, когда может быть нанесен ущерб здоровью участников (плохое состояние мест занятий, неисправность оборудования, несоответствие одежды и обуви и т.п.), он обязан устранить недочеты, а при невозможности сделать это – отменить соревнование или перенести его на другой срок или в другое место.

Спортивный судья должен быть прежде всего безукоризненным знатоком правил соревнований по данному виду спорта, честным, объективным, беспристрастным, решительным, вежливым, спокойным человеком, который и вне соревнований пользуется авторитетом и уважением.

## 2.1 Форма проведения соревнований и календарь

Соревнования, разминка и тренировки могут проводится на открытом воздухе и в закрытом помещении. В связи с этим различаются два сезона легкой атлетики, в регионах где эта спортивная дисциплина наиболее популярна:

* Летнего сезона, как правило, Апрель — Октябрь проводятся на открытых стадионах.
* Зимнего сезона, как правило, Январь — Март проводятся в закрытом помещении.

Соревнования по спортивной ходьбе и бегу(кроссу) на шоссе имеют свой календарь. Так наиболее престижные марафонские забеги проводятся весной и осенью.

**2.2 Особенности организации и проведения соревнований по спортивным играм**

Наиболее часто встречающимися способами проведения соревнований являются: круговой, отборочно-круговой, смешанный и способ прямого выбывания.

Круговой способ. При проведении соревнований этим способом все участники соревнований встречаются со всеми противниками поочередно. Результаты встреч (победы, поражения, ничьи, оцененные в очках) учитываются при определении порядкового места, занятого спортсменом (командой). Высшее место присуждается команде, набравшей большую сумму очков.

Отборочно-круговой способ. При проведении соревнований этим способом команды разделяют на предварительные группы, в которых каждая команда встречается со всеми соперниками данной группы. Затем команды, занявшие лучшие места в группе, переходят в следующий тур (ступень) соревнований. Этих участников вновь разбивают на группы, которые проводят поединки между собой для следующего отбора, вплоть до финальной встречи, в которой и определяют победителя соревнований.

Смешанный способ. Все команды предварительно участвуют в 1-3 турах, проводимых отборочно-круговым способом. Затем победители предварительных соревнований встречаются между собой по жеребьёвке способом прямого выбывания. Количество финалистов, как и количество победителей предварительных соревнований, определяется Положением о соревнованиях. Финальные поединки проводятся круговым способом.

Способ прямого выбывания. В соревнованиях, проводимых этим способом, команда, проигравший поединок, выбывает из дальнейших соревнований.

Победителем соревнований в лёгкой атлетике становится атлет или команда которые показали наилучший результат в финальном забеге или в финальных попытках технических дисциплин в рамках правил.

Первенство во всех видах лёгкой атлетики, кроме марафона, ходьбы и многоборий проводится в несколько этапов: квалификация, ¼ финала, ½ финала. В результате отбора определяются спортсмены (команды), которые разыграют финал. Количество участников определяется регламентом соревнований.

Руководство провидение соревнование

Правила, организация и ТБ при проведении массовых соревнований по бегу (включая кроссы). При проведении соревнований по бегу необходимо соблюдать следующие меры безопасности:

1. Осмотреть предстоящую трассу бега, убрать все лишни предметы с беговой дорожки и на расстоянии не менее 1,5 метра по краю дорожки. Дорожка должна иметь ровное покрытие (грунт) без ям и впадин.
2. Осмотреть амуницию участков (обувь), проверить их состояние и подготовленность.
3. Проводить бег и только в одном направлении.
4. Пользоваться учебными барьерами.

Не привязывать финишную ленточку к стойкам. Общее руководство проведением соревнований осуществляют комитет по физической культуре и спорту администрации города в котором будет происходить соревнование. Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию, утвержденную комитетом по физической культуры и спорту администрации города в данной работе мы рассматриваем город Хабаровск.

**3. Условия проведения эстафеты**

До начала эстафеты все участники являются на парад. Команды должны быть в единой спортивной форме, иметь единый номер, согласованный с организаторами. Каждый спортсмен должен иметь нагрудный номер. В случае потери одним из спортсменов номера, команда с соревнований снимается. Правила техники эстафетного бега, методика обучения. Основными видами являются 4х100 и 4х400 м. Участники пробегают определенный этап и передают друг другу эстафетную палочку.

Техника эстафетного бега не отличается от техники бега на короткие дистанции. Принимающий начинает бег, когда передающий перескакивает контрольную отметку. Передача эстафеты происходит в определенной зоне, когда бегуны сближаются на расстояние вытянутой руки по команде передающего. В момент передачи скорость бегунов должна быть одинаковой. Передача эстафеты осуществляется 2-мя способами «сверху» или «снизу».

2 мая прошлого года в Хабаровске прошла традиционная легкоатлетическая эстафета на призы мэра города. Прошедшие спортивные соревнования посвящены Дню Победы и 150-летию краевого центра. Эстафета в первые майские дни или накануне проводилась в городе уже более пятидесяти лет, и обычно в ней принимали участие свыше полутора тысячи спортсменов. Победители были определены среди команд в шести группах. Большой спортивный праздник открылся парадом команд-участников, учреждений, учебных заведений, воинских частей и подразделений, на площади имени Ленина. Легкоатлетический пробег включал в себя 11 этапов общей протяженностью трассы более 4,5 километра.

**3.1 Бега и их краткая характеристика**

**Короткие дистанции:** от 30 до 400м. включительно.

Бег на короткие дистанции. Эти дистанции надо пробегать с максимальной скоростью. На 60м., 100м. Быстро выбегать со старта переходит в стремительное ускорение, с тем чтобы быстрее достичь максимальной скорости и по возможности не снижать её до финиша. Бег на 200м. Эта дистанция отличается от бега на 60,100м. Прохождением половины дистанции по повороту дорожки. Бег на 400м. Во основе техники бега на 400м. лежит свободный спринтерский шаг. Бег проводится с относительно меньшей интенсивностью, чем на 100, 200м.

**Средние и длинные дистанции:** бег на средние длинные дистанции начинаются с высокого старта. В беге на 800м. старт дается на виражах по раздельным дорожкам в беге на 1500м.

общий старт, а в беге на 5000 и 10000м. общий старт на вираже. В беге на 1500, 5000 и 10000м. команда «Внимание!» не подается.

**Сверхдлинные дистанции:** 20000м., 25000м., 30000м., Часовой, двухчасовой. Бег на сверхдлинные дистанции отличается от бега на длинные дистанции в связи с тем, что бег продолжается длительное время, очень важно экономичность движений при сохранений довольно высокой средней скорости.

**Эстафетный бег**.

Эстафетный бег проводится на стадионе по кругу беговой дорожки.

Беговые эстафеты могут включать в себя этапы коротких и средних дистанций. На ряду с этим применяется эстафетный бег с этапами различной длины. Эстафетный бег с короткими этапами проводится по отдельным дорожкам, по этап средних дистанций - по общей дорожки. Первый этап или часть его может пробегать по отдельным дорожкам.

**3.2 Участники соревнований**

К участию в соревнованиях допускаются команды коллективов физкультуры, учреждений, организаций, воинских частей и подразделений, высших и средних специальных учебных заведений, профессиональных училищ, общеобразовательных учреждений. Допускаются иногородние команды. От каждого коллектива допускается неограниченное количество команд.

Группы:

**1** группа - коллективы физкультуры организаций, предприятий, учреждений, спортивных клубов;

**2** группа - коллективы физкультуры воинских частей;

**3** группа - коллективы физкультуры высших учебных заведений;

**4** группа - коллективы физкультуры средних специальных учебных заведений;

**5** группа - коллективы физкультуры профессиональных училищ;

**6** группа - коллективы физкультуры общеобразовательных учреждений.

Сдерживающим фактором является нехватка в городе современных крупных многофункциональных спортивных сооружений, которые предназначены не только для проведения городских, межрегиональных и краевых соревнований, но и для организации работы по привлечению широких слоев населения к занятию физической культурой и спортом.

**4. Цели и задачи соревнований по легкой атлетике в г.Хабаровске**

Анализ имеющихся проблем, сложившихся в сфере физической культуры и спорта в городе Хабаровске, определены «Основные направления развития физической культуры и спорта в г. Хабаровске на 2006-2009 годы», основными целями которых являются:

* Совершенствование развития детско-юношеского спорта в городе по приоритетным видам спорта.
* Создание условий для реализации права широких слоев населения города Хабаровска на занятия физической культурой и спортом на основе бюджетного финансирования и инициации других механизмов проведения физкультурно-массовых мероприятий.

**Пути решения проблем**

1. Создание материально-технической базы для массового привлечения населения к занятиям физической культурой, сети спортивных сооружений, предназначенных для обеспечения учебно-тренировочного процесса и выступлений сборных команд города, команд-мастеров по игровым видам спорта, а также для проведения физкультурно-массовых мероприятий.

2. Определение приоритетных направлений развития физической культуры и спорта в городе и формирование системы основных нормативов обеспеченности широких слоев населения условиями для занятий спортом и физической культурой на регулярной основе.

3. Координация деятельности структурных подразделений администрации города, а также спортивных, деловых и общественных организаций в развитии физической культуры и массового спорта, с целью наиболее эффективного использования финансовых средств, а также разработка механизмов по включению спортивных организаций различных форм собственности в реализацию «Основных направлений развития физической культуры и спорта в г.Хабаровске на 2006-2009гг.» .

4. Создание программы по развитию кадрового потенциала с целью обеспечения массового спорта квалифицированными специалистами, а также совершенствование учебно-методического, информационного и кадрового обеспечения деятельности органов управления физической культурой и спортом.

5. Формирование современных систем управления физической культурой и спортом на основе маркетинг-ориентированных подходов, способных осваивать и внедрять новейшие формы организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-зрелищной работы.

6. Создание механизма привлечения внебюджетных средств, направляемых на развитие сферы физической культуры и спорта города.

7. Создание целостной нормативно-правовой базы управления.

8. Пропаганды здорового образа жизни среди широких слоев населения города с целью формирования соответствующих ценностей и создание необходимых условий для физического и духовно-нравственного развития личности в процессе занятий физической культурой и спортом на основе коммуникативной политики.

9. Создание условий для превращения города Хабаровска в региональный спортивно-досуговый центр, место проведения спортивно-зрелищных мероприятий краевого, регионального и международного уровня.

**Ожидаемые результаты**

1. Увеличение обеспеченности населения города спортивными сооружениями, в том числе и за счет средств инвесторов.

2. Рост общего числа занимающихся физической культурой и спортом на 13-15%.

3. Увеличение количества занимающихся физической культурой и спортом во внеурочное время в общеобразовательных учреждениях на 5%.

4. Повышение уровня обеспеченности физкультурно-оздоровительными и спортивными сооружениями, в том числе посредством создания современных спортивных комплексов за счет привлеченных средств.

5. Улучшение состояния физического здоровья населения, снижение его заболеваемости на 10-15% за счет привлечения к спорту и формирования здорового образа жизни, разработки и внедрения современных оздоровительных технологий.

6. Снижение количества проявлений асоциальных форм поведения (алкоголизма, наркомании), в том числе в молодежной среде, путем формирования спортивного стиля жизни населения.

В 2008 году построены 21 новая спортивная площадка, а всего их насчитывается 177. При этом до 45 увеличено число спортивных педагогов-организаторов, что позволило дополнительно привлечь к регулярным занятиям полтысячи детей и подростков. В 18 детско-юношеских спортивных школах Хабаровска сегодня занимаются 9.640 человек, и на их содержание расходуется до 70% отраслевого бюджета. За год в ДЮСШ подготовлено 29 мастеров спорта, в том числе международного класса, 190 кандидатов в мастера, сотни разрядников.

"Но при этом уровень оснащенности Хабаровска спортивными сооружениями пока остается низким, - отметили в пресс-службе. - В городе не хватает плавательных бассейнов, спортивных залов, а из культивируемых в муниципальных ДЮСШ видов спорта, половина не имеет собственной материальной базы. Поэтому знаковым событием 2008 года стало завершение строительства комплекса "Олимпия". На очереди - сооружение спорткомплекса в Железнодорожном округе, 50-метрового бассейна в Южном округе. Успешно реализуется и программа строительства спортивных залов общеобразовательных учреждений - недавно ими обзавелись школы NN 10 и 33, а скоро его торжественно откроют и в гимназии N6".

**5. Приоритетные направления развития физической культуры и спорта на 2006-2009 гг в Хабаровске**

Мероприятия «Основных направлений развития физической культуры и спорта в г. Хабаровске на 2006-2009 гг.» предусматривают решение конкретных задач, скоординированных по времени, ресурсам и исполнителям с учетом их современного состояния, тенденциям развития физической культуры и спорта, исходя из существующей нормативно-правовой базы, сложившейся социально-экономической ситуации в городе; предполагают поэтапное решение проблемы вовлечения детей и подростков в занятия физической культурой и спортом, совершенствование системы физкультурно-спортивных учреждений для подготовки спортивного резерва сборных команд города, края и России, усиление работы в молодежной среде с целью формирования спортивного стиля жизни и пропаганды ценностей здорового образа жизни.

Одним из основных инструментов реализации «Основных направлений развития физической культуры и спорта в г. Хабаровске на 2006-2009гг.» являются спортивно-массовые мероприятия, направленные на привлечение максимального количества участников и зрителей.

С этой целью планируется увеличение количества спортивно-массовых мероприятий и улучшение их качества проведения. Для достижения наибольшего эффекта использования имеющихся ресурсов определен список приоритетных видов спорта, в соответствии со следующими критериями:

а) массовость

б) имеющийся кадровый, материально-технический и организационный потенциал

в) спортивные достижения на чемпионатах и первенствах страны

г) наличие условий развития видов спорта в государственных и иных немуниципальных учреждениях.

Все виды спорта были подразделены группы:

1. Легкая атлетика

2. Конькобежный спорт

3. Бокс

***Добрые дела - городу» - под таким названием в Хабаровске пройдет городская эстафета, посвященная предстоящему 150-летию краевого центра.***

Как сообщила пресс-служба администрации г. Хабаровска, цель ее проведения - собрать наиболее интересную информацию о предприятиях, учреждениях и организациях города, выявить важные и значимые мероприятия, проведенные ими и посвященные юбилею краевого центра, пополнить экспозицию музея истории города материалами о 150-летии дальневосточной столицы.

Огромен и интерес у детей к легкой атлетике. Но связан он в первую очередь со спортивной стороной освоения этого вида спорта. Ребятами движет желание посоревноваться друг с другом в беге на различные дистанции, в прыжках в длину и в высоту, в метании и т. д. Поэтому часто можно видеть во дворах, как дети сами устраивают себе состязания в скорости, метании, прыжках.

В школах также проводятся соревнования по легкой атлетике для детей разных классов или возрастных групп. Как правило, состязания эти являются самыми массовыми, так как упражнения несложные, уже достаточно освоены ребятами на уроках.

Больше всего наград на спартакиаде городских оздоровительных лагерей Хабаровска получили юные спортсмены из гимназии №3. Чуть отстали от них ребята из школы № 27. Об этом РИА «27 Регион» сообщил сотрудник пресс-службы администрации г. Хабаровска Елена Соловьева.

А всего в городском финале приняли участие 8 команд, почти сто девчонок и мальчишек. Организаторы, городское управление образования и городской комитет по физической культуре и спорту, не ставили задачей высокие результаты. Главной целью было вовлечь в занятия физкультурой максимальное число школьников.

И на районных этапах в спартакиаду включились практически все ребята, отдыхающие в городских лагерях на базе образовательных учреждений. В этом году соревнования проходили в двух возрастных категориях. В программе состязаний мини-футбол, легкая атлетика - бег на 60 метров, эстафета, прыжки в длину с места, прыжки через скакалку, силовые упражнения.

Первое командное место в младшей группе завоевала школа №27, а в старшей - гимназия №3. Гимназисты отличились и в отдельных видах - Егора Кунделя и Анджелу Ипатьеву назвали самыми сильными в старшей группе. Егор еще оказался и самым быстрым.

А вот в эстафете в младшей группе победу праздновали их основные соперники из школы №27. Неплохо показала себя и команда школы №80 - они стали первыми в мини-футболе и эстафете среди старших групп. Отметили организаторы и игру самых маленьких футболистов из школы 53, бегунов Таню Дроздову из лицея «Вектор», Кристину Дмитриеву и Михаила Зикеева из математического лицея, силовиков Викторию Борис из команды школы 53 и Евгения Сикорского, 27 школа. Все призеры спартакиады получили грамоты, подарки и символические медали.

#### В Хабаровске завершился открытый чемпионат края по скоростному бегу на коньках

Соревнования традиционно посвящаются памяти известного хабаровского тренера Владимира Кобзева. На хабаровском стадионе "Юность" прошло открытое первенство края по скоростному бегу на коньках. Эти соревнования традиционно посвящаются памяти известного хабаровского тренера Владимира Ивановича Кобзева. Как сообщает хабаровская краевая газета "Тихоокеанская Звезда", за награды на этот раз боролись скороходы из Иркутска, Ангарска, Читы, Биробиджана и Хабаровска. Девушки и юноши в старшей и средней возрастных группах соревновались на дистанциях 500, 1000, 1500 и 3000 метров. Скороходы младшего возраста вели борьбу на двух пятисотметровых дистанциях, на километровой, а также на дистанции 300 метров. В старшей группе в многоборье уверенно победили Екатерина Турусина из Иркутска и хабаровчанин Павел Янковский: они финишировали первыми на всех четырёх дистанциях. В средней группе сильнейшими стали конькобежцы из Биробиджана Софья Павлюкова и Юрий Лобанов. У младших скороходов отличились Лилия Ус из Биробиджана и хабаровчанин Артем Курков.

Хабаровская администрация не оставляет без внимания вопросы о развитие спорта , в 2005 было опубликовано постановление о проведении традиционной легкоатлетической эстафеты по улицам г.Хабаровска на призы Мэра просвещенной Дню Победы и Дню Рождения г.Хабаровска, цель постановления было дальнейшей популяризации легкой атлетики в городе Хабаровске среди молодежи, повышения спортивного мастерства спортсменов.

Мэр города Хабаровска постановил

1. Комитету по физической культуре и спорту администрации города (Паршин В.Г.) 02 мая 2005 года провести традиционную легкоатлетическую эстафету по улицам г. Хабаровска на призы Мэра города, посвященную Дню Победы и 147-летию города Хабаровска.

2. Утвердить Положение о проведении традиционной легкоатлетической эстафеты по улицам г Хабаровска на призы Мэра города, посвященной Дню Победы и 147-летию города Хабаровска (приложение N 1).

3. Утвердить смету расходов по подготовке и проведению традиционной легкоатлетической эстафеты по улицам г Хабаровска на призы Мэра города, посвященной Дню Победы и 147-летию города Хабаровска (приложение N 2).

4. Финансовому департаменту (Соколов В.Е.) выделить комитету по физической культуре и спорту 120000 (сто двадцать тысяч) рублей из целевой бюджетной программы развития города на подготовку и проведение традиционной легкоатлетической эстафеты по улицам г. Хабаровска на призы Мэра города, посвященной Дню Победы и 147-летию города Хабаровска.

5. Отделу бухгалтерского учета и отчетности администрации города (Ботвинник И А ) перечислить финансовые средства в сумме 120000 (сто двадцать тысяч) рублей комитету по физической культуре и спорту администрации города Хабаровска на расчетный счет 40204810500000100083 в ОАО "Далькомбанк" г. Хабаровск К/С 30101810600000000718, БИК 040813718, ИНН 2702015107, КПП 272131011. Финансовый департамент администрации г. Хабаровска ЛКС 40205810604110020097, адм. 010, Р/п 0411, ст. 5220001, вид 003, эк. кл. 290 на подготовку и проведение традиционной легкоатлетической эстафеты по улицам г. Хабаровска на призы Мэра города, посвященной Дню Победы и 147-летию города Хабаровска.

6. Комитету по физической культуре и спорту администрации города (Паршин В.Г.) в месячный срок после получения денежных средств представить в финансовый департамент администрации города отчет об использовании выделенных средств.

7. Пресс-службе (Горбунов А.В.) опубликовать настоящее постановление и приложение N 1 в газете "Хабаровские вести" и обеспечить информационную поддержку проведения традиционной легкоатлетической эстафеты по улицам г. Хабаровска на призы Мэра города, посвященной Дню Победы и 147-летию города Хабаровска.

8. Управлению здравоохранения (Шапиро И.А.) обеспечить медицинское обслуживание традиционной легкоатлетической эстафеты по улицам г. Хабаровска на призы Мэра города, посвященной Дню Победы и 147-летию города Хабаровска.

9. Контроль за исполнением настоящего распоряжения возложить на Вице-Мэра города Казаченко В.П.

Сегодня практически достигнута максимальная загрузка всех спортивных сооружений расположенных на территории крае.

В этой связи в крае постоянно ведется работа по реконструкции и строительству новых спортивных объектов.

Так, например в последние годы сданы в эксплуатацию:

- спортивно-зрелищный комплекс "Платинум Арена" в г. Хабаровске

- 2 футбольных поля с искусственными газонами в г. Хабаровске

- 2 футбольных поля с искусственными газонами г. Комсомольске-на-Амуре

- спортивная площадка в Южном округе г. Хабаровска с двумя футбольными полями (1 искусственный).

- в г. Комсомольске-на-Амуре, в рамках реализации Федеральной целевой программы, на условиях софинансирования в июне 2007 года сдан в эксплуатацию спортивный комплекс. Из средств Федерального бюджета на его строительство получено 17,5 млн. рублей;

- на таких же условиях в г. Хабаровске в мае т.г. введен в эксплуатацию новый модульный спортивный центр для сложнокоординационных видов спорта.

- так же в г. Комсомольске-на-Амуре сдан в эксплуатацию специализированный зал дзю-до;

5 июня 2008 года состоялась торжественная церемония открытия после реконструкции Дворца культуры и спорта в Южном округе г. Хабаровска, на базе которого открыты тренировочные залы борьбы и бокса, тренажерный зал, залы аэробики и фитнеса. По данным видам спорта организован учебно-тренировочный процесс для детей и подростков.

Такая работа проводится и в других муниципальных образованиях края.

В апреле 2007 года Губернатором края подписано распоряжение о строительстве крытого ледового стадиона для игры в хоккей с мячом на 10 тыс. мест. В октябре 2007 года состоялась торжественная закладка капсулы в основание стадиона, и сегодня по данному объекту ведутся проектные и подготовительные работы.Одновременно с этим начаты работы по проектированию крытого тренировочного катка на 2 ледовых арены для игры в хоккей с шайбой.

Ввод в действие этих комплексов планируется в 2009-2010 годах.

**Заключение**

Легкая атлетика является одним из основных средств физического воспитания населения. Бег является «фундаментальным человеческим движением, а состязания в метаниях и прыжках был популярным всегда. Ведь от умения далеко и точно метать, далеко и высоко прыгать нередко зависит жизнь человека» Легкоатлетические упражнения широко используются в тренировке представителей самых различных видов спорт, как прекрасное средство для развития физических качеств и функциональной подготовки

Систематическое применение этих упражнений на уроках физической культуры содействует развитию морально-волевых качеств. От правильности обучения зависит эффективность тренировок.

В моей работе описана организация соревнований, непосредственно так же и организаторы этих мероприятий, особенно затронута тема подготовки и обучения атлетов. Не оставлена без внимания и методика обучения.

**Список литературы**

1. Айриянц А.Г. Легкая атлетика. М., Физкультура и спорт, 2000.

2. Борзов В. - 10 секунд - целая жизнь. - М., Физкультура и спорт. – 2001.

3. Ильинин В.И. Студенческий спорт и жизнь / Пособие для студентов ВУЗов. – М.: АО «АСПЕКТ ПРЕСС», 2001. – 144 с.

4. Оливова В. Люди и игры. У истоков современного спорта. - М.: ФиС, 2000.

5. Л. Кун «Всеобщая история физической культуры и спорта»; Москва 2001.

6. Попов В., Суслов Ф., Ливадо Е. Юный легкоатлет. Москва, «Физкультура и спорт», 2000г.

7. Е.А. Малков. Подружись с «королевой спорта». Москва, «Просвещение», 2000 г.

8. Левченко А.В. Специальная силовая подготовка бегунов на короткие дистанции в годичном цикле: Автореф. дис...канд. пед. наук. М., 2000, 23 с.

9. Легкая атлетика: Учебн. для ин-тов физ. культ. /под ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. - Изд. 4-е, перераб. и доп. - М.: ФиС, 2000, 671 с.

10. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. - М.: Изд. "Теор. и практ. физ. культ.". 2000.-275 с.

11. Виленский М.Я., Литвинов Е.Н. Физическое воспитание школьников: вопросы перестройки // Физ. культ. в школе, 2000, №12, с. 2-7.

12. Временный Государственный образовательный стандарт. Общее среднее образование. Физическая культура // Физ. культ. в школе, 2001, №6, с. 4-9.