**Аннотация**

**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**

**«\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»** *вид спорта*

|  |  |
| --- | --- |
| **Направленность программы** | Физкультурно – спортивная |
| **Полное наименование дополнительной общеразвивающей программы** | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта « пауэрлифтинг» |
| **Уровень программы** | Базовый |
| **Цель программы** | Создание условий для развития личностного и творческого потенциала ребенка в процессе приобщения к различным видам спорта, возможность применять полученные знания и навыки на практике. Обучение технике выполнения упражнений. Повышение уровня общей спортивной подготовленности и развитие специальных спортивных навыков. Обучение правилам ведения дневника, а так же анализа полученных данных. Приобретение навыков в организации и проведении соревнований по пауэрлифтингу, судейства в различных соревнованиях относящихся к пауэрлифтингу, выполнение нормативов по видам подготовки.  Дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия.Дать необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта и силовой подготовки. Обучить учащихся составлять индивидуальные комплексы. Научить правильно, регулировать свою спортивно-тренировочную нагрузку. Развивать работу по формированию спортивной мотивации и развитию спортивных навыков. |
| **Вид программы** | Адаптированная |
| **Срок реализации** | 3 года |
| **Возраст учащихся** | 12 -17 лет |
| **Где и когда рассмотрена, принята** | рассмотрена на Педагогическом совете, протокол № 01 от 30.08. 2024 г.  принята на Педагогическом совете, протокол № 01 от 30.08. 2024 г. |
| **Дата утверждения** | Приказ № 87 от 02.09. 2024 г. |
| **Ф.И.О. автора** | Суворов Альберт Николаевич |
| **Сведения о педагоге реализующего программу** | Тренер-преподаватель  образование – высшее, первая квалификационная категория |
| **Краткая аннотация программы** | Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами и требованиями, предъявляемыми к дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим ) программам.  Развивающие задачи:  1.Содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней спортивной подготовленности и укрепление здоровья обучаемых.  2.Развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, выносливости), укрепление здоровья, закаливание организма. |
| **Прогнозируемые результаты** | Для большинства учащихся основным результатом являются прогнозируемые результаты первого года обучения модуля базового уровня «Основы пауэрлифтинга»  Личностные результаты:  1. развитие любознательности и сообразительности;  2. развитие наглядно-образного мышления и логики;  3. повышение мотивации к изучению пауэрлифтинга;  4. способность к самооценке на основе критерия успешности;  5. знание и применение основных моральных норм поведения;  6. развитие навыков сотрудничества со взрослыми и детьми.  а так же объем знаний и умений, навыков, приобретаемый в ходе работы по программе. |
| **Особая информация** | Программа предоставляет возможность развить у учащихся;  Личностные результаты:  1.развитие целеустремленности, внимательности;  2.улучшить осанку.  3. умение страховать товарища.  4. Овладение основными комплексами упражнений, умение контролировать собственный тренировочный процесс.  5.овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения;  6. способность к самооценке на основе критерия успешности  Предметные результаты:   1. сделать детей достойными спортсменами в пауэрлифтинге, в спортивной школе 2. систематически вести воспитательную работу, научить детей основам техники и тактики данного вида спорта. 3. обучить детей пониманию того, что в пауэрлифтинге – важно научиться совмещать свои интересы с действиями других спортсменов, сохранив при этом любые проявления индивидуальности. 4. Освоить технику основных упражненийв пауэрлифтинге. 5. Контроль и анализ собственного здоровья. |