**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-преподавательобразование – 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 успешностиПредметные 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.
 |