

**Аннотация**  
**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**  
**«Пауэрлифтинг»**

<b>Направленность программы</b>	Физкультурно-спортивная
<b>Полное наименование дополнительной общеразвивающей программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пауэрлифтинг»
<b>Уровень программы</b>	Базовый
<b>Цель программы</b>	Обучение технике выполнения упражнений. Дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия. Дать необходимые дополнительные знания и умения в области физической культуры, спорта и силовой подготовки.
<b>Вид программы</b>	Адаптированная
<b>Срок реализации</b>	3 года
<b>Возраст учащихся</b>	12-17 лет
<b>Где и когда рассмотрена, принята</b>	принята на педагогическом совете, протокол № 1/3 от 31.08. 2021 г.
<b>Дата утверждения</b>	приказ № 75/1 от 31.08. 2021 г.
<b>Ф.И.О. автора</b>	Суворов Альберт Николаевич
<b>Сведения о тренере-преподавателе, реализующего программу</b>	Тренер-преподаватель образование – высшее, 1-квалиф. категор.
<b>Краткая аннотация программы</b>	Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами и требованиями, предъявляемыми к дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим) программам. Программа знакомит учащихся с способами повышения спортивных результатов по пауэрлифтингу, что позволяет развить силовые и основные физические качества у обучаемого.
<b>Прогнозируемые результаты</b>	Личностные: повышение мотивации к изучению данного вида спорта, способность к самооценке, развитие навыков сотрудничества, знание и применение основных моральных норм поведения. Мета-предметные результаты: формирование умений, овладение логическими действиями, повышение уровня техники упражнений и ожидаемых результатов в данном виде спорта.
<b>Особая информация</b>	Программа предоставляет возможность развить у учащихся чувство самоуважения, вера в свои силы и умение работать в коллективе.