

Аннотация

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
по силовой подготовке

Вид программы – модифицированная

Уровень программы – базовый уровень

Возрастная категория: от 7 до 17 лет

Срок реализации: 1 год

Дополнительная образовательная программа базового уровня «Силовая подготовка» физкультурно-спортивной направленности, направлена на профессиональную ориентацию детей в силовых видах спорта, создание условий для их физического воспитания и развития, получения начальных знаний, умений и навыков в области силовой подготовки.

Программа составлена и предназначена для тренеров-преподавателей дополнительного образования.

Программа содержит научно-обоснованные рекомендации по структуре и организации учебно-тренировочного процесса. Содержание программы позволяет воспитать и выявить талантливых обучающихся, профессионально ориентировать их, способствовать личностному развитию и самоопределению.

Основная направленность образовательной программы выражается в следующем: удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях силовой подготовки, выявление, развитие и поддержка талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности в данном виде физкультурно-спортивной деятельности.

Основными педагогическими принципами образовательной программы «Силовой подготовки» являются:

- учет возрастных и индивидуальных способностей учащихся;
- личностно-деятельный подход к организации учебно-воспитательного процесса.

Учебный план рассчитан на 264 часа и содержит обязательные предметные области и вариативные предметные области. В обязательных предметных областях изучается теоретическая подготовка, общефизическая и специальная подготовка. В вариативной области: интегральная подготовка, различные виды спорта и подвижные игры и спортивное и специальное оборудование.

В программе также отражены планируемые результаты освоения программы.