Краткое описание

дополнительной общеразвивающей программы по пауэрлифтингу.

Данная программа предназначена для обучающихся, занимающихся в МОУДО ЛДЮСШ.

Цель

–развитие и совершенствование физических качеств и двигательных способностей, улучшение физической подготовленности и физического развития посредством занятий пауэрлифтингом.

Задачи:

1. Формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей,

удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании.

2. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся.

3. Формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации.

4. Выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте.

Дополнительная общеразвивающая программа обеспечивает преемственность с

программами профессионального модуля в области физической культуры и спорта.

Возраст обучающихся –приѐм осуществляется с 10 лет.

Срок освоения дополнительной образовательной программы -бессрочно.