

Аннотация
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Аэробика»

Программа «Аэробика» составлена в соответствии со следующими документами:

1. Федеральный закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации»;

2. Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

3. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

4. САНПИН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Настоящая программа по фитнес-аэробике направлена на:

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся на занятиях фитнес-аэробикой;

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;

- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития.

По содержательной, тематической направленности она является физкультурно-спортивной, по функциональному предназначению – общеразвивающей.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей детей 11-18 лет.

Цель программы – изучение вида спорта «Фитнес-аэробика», совершенствование техники вида спорта.

Задачи программы:

1. Воспитательные:

- воспитывать культуру спортивного поведения;
- формировать потребность к взаимному уважению, ответственности;
- формировать уверенность в себе и своих силах;
- воспитывать патриотизм.

2. Образовательные:

- изучать и совершенствовать технику вида спорта фитнес-аэробика;
- осваивать теоретические знания по виду спорта фитнес-аэробика;

Новизна программы заключается в возможности интеграции классических, народных и современных танцевальных методик в вид спорта фитнес-аэробика.

Актуальность программы обусловлена доступностью её освоения.

Педагогическая целесообразность заключается в систематизации знаний, умений и навыков, расширении индивидуальных двигательных возможностей учащихся.