

НАЗВАНИЕ ПРОГРАММЫ

«Фитнес-аэробика»

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2 года

ПЕДАГОГ

Юсупова Ирина Сергеевна

ВОЗРАСТ ОБУЧАЮЩИХСЯ

5-8 лет

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ НА ИЗУЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

468

КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Дополнительная общеобразовательная программа «Фитнес-аэробика» представляет собой комплексную систему физического воспитания и творческого развития детей 5-8 лет через занятия аэробикой.

НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ОСНОВАНИЯ:

- Федеральный закон «Об образовании в РФ»
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года
- Приказ Минпросвещения России № 629 от 27.07.2022
- СанПиН 2.4.3648-20
- Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования»
- Устав учреждения

НАПРАВЛЕННОСТЬ ПРОГРАММЫ: физкультурно-спортивная.

Актуальность программы обусловлена: необходимостью формирования здорового образа жизни у детей, популярностью фитнес-аэробики как массового вида спорта, возможностью гармоничного физического развития, сочетанием спорта и искусства, востребованностью программы среди родителей и детей.

Новизна программы заключается в интеграции танцевальных и спортивных элементов, использовании геймификации в обучении, учет специфики детского возраста, возможности занятий с начального уровня, комплексном подходе к развитию личности.

Педагогическая целесообразность обеспечивается гармоничным физическим развитием, формированием правильной осанки, развитием координации и музыкальности, укреплением здоровья, развитием творческих способностей.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ: формирование устойчивого интереса к занятиям фитнес-аэробикой, создание условий для развития физических качеств и личностных способностей обучающихся.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

- Предметные: освоение техники выполнения упражнений, формирование двигательных навыков
- Метапредметные: развитие физических качеств, формирование навыков гигиены
- Личностные: воспитание морально-волевых качеств, дисциплины

ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ:

- Очная форма
- Очная с применением дистанционных технологий
- Групповые занятия (до 15 человек)
- Индивидуальные консультации

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- Овладение техникой фитнес-аэробики
- Развитие физических качеств
- Формирование правильной осанки
- Воспитание волевых качеств
- Развитие музыкальности и координации

КРИТЕРИИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ:

- Уровень освоения технических элементов
- Развитие физических качеств
- Умение выполнять движения под музыку
- Участие в выступлениях
- Общая физическая подготовка

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ:

- Тестирование физической подготовленности
- Сдача контрольных нормативов
- Участие в соревнованиях
- Открытые занятия
- Педагогическое наблюдение