**АННОТАЦИЯ**

**к дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе**

**«Введение в дисциплину фитнес-аэробика»**

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основе нормативно-правовых основ регламентирующих работу спортивной школы:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273 «Об образовании».

2. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПин 2.4.4.3172 – 14 «Детские внешкольные учреждения (учреждения дополнительного образования) Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения)» от 04.07.14г. №41)

3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 (с изменениями на 05 сентября 2019 г.) «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4. Письмо Минобрнауки России от 11 декабря 2006 г. № 06-1844 «Примерные требования к образовательным программам дополнительного образования детей».

Программа составлена с учетом особенностей организации и формирования групп детей, режима и временных параметров осуществления деятельности. Вид программы – модифицированная.

Программа физкультурно-спортивной направленности.

Программа рассчитана на 52 учебно-тренировочных недели: в условиях Крайнего Севера 39 недель занятий непосредственно на базе спортивной школы и 13 недель для тренировки в спортивно-оздоровительном лагере и (или) по индивидуальным планам детей в период их активного отдыха.

***Цель программы:*** воспитание гармонично развитой личности, физическое и нравственно эстетическое развитие, подготовка к активной социальной жизни, развитие массового спорта.

***Задачи:***

* привлечение максимально возможного числа учащихся к систематическим занятиям фитнес-аэробикой;
* формирование установки к здоровому и двигательно-активному образу жизни;
* содействие естественному физическому развитию, укреплению здоровья, профилактика неблагоприятных состояний и заболеваний;
* создание условий для реализации программы;
* знакомство с основами техники фитнес-аэробики.

***Актуальность*** данной программы в том, что она усиливает вариативную составляющую общего развития, способствует реализации сил, знаний, полученных детьми и подростками в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля ребенка и помогает ребятам в профессиональном самоопределении.

Программа рассчитана на возраст учащихся от 8 до 18 лет. Срок реализации программы один год (312 часов в год). Один час учебно-тренировочного занятия – 45 минут.

***Ожидаемый результат:***

* формирование разнообразных двигательных умений и навыков;
* укрепление здоровья детей;
* овладение теоретическими знаниями;
* выполнение «положительной» сдачи контрольных нормативов по ОФП и СФП согласно возраста.
* формирование нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма;
* формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом.