

ПАСПОРТ

дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы
ознакомительного (стартового) уровня по спортивной аэробике
«Морская звезда»
физкультурно-спортивной направленности

Наименование муниципалитета	г. Сочи
Наименование организации	МБУ ДО ДЮСШ №10 г. Сочи
ID-номер программы в АИС «Навигатор»	17103
Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа ознакомительного (стартового) уровня по спортивной аэробике «Морская звезда»
Механизм финансирования (ПФДО, муниципальное задание, внебюджет)	ПФДО
ФИО автора (составителя) программы	К.В. Бурьян, А.В. Григорьева, А.Н. Бурцева, А.Б. Карепова, А.С. Тихонова
Краткое описание программы	<p>Во всем мире сегодня растет популярность доступного вида оздоровительной гимнастики, называемого аэробикой. Аэробика для дошкольного возраста притягательна в первую очередь активными ритмичными движениями под современную, веселую музыку.</p> <p>Аэробика положительно влияет на сердечно – сосудистую и дыхательную систему, укрепляет нервную систему; поддерживает тонус мышц, создает настроение и помогает приобрести навыки двигательной культуры.</p>
Форма обучения	очная с возможным использованием дистанционных и (или) комбинированных форм взаимодействия
Уровень содержания	Ознакомительный (стартовый)
Продолжительность освоения (объём)	72 часа
Возрастная категория	5-18 лет
Цель программы	формирование устойчивого интереса к занятиям спортом, содействие разностороннему развитию личности, самореализации, привитие навыка здорового образа жизни посредством занятий избранным видом спорта.

<p>Задачи программы</p>	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование общественной активности личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни. <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие мотивации к занятиям физической культурой и спортом, - усвоение учащимися конкретных элементов социального опыта, изучаемого в рамках общеразвивающей программы базового уровня, опыта физкультурно - спортивной и интеллектуально - творческой деятельности. <p>Образовательные (предметные):</p> <ul style="list-style-type: none"> - содействовать интеллектуальному развитию учащихся; - способствовать развитию общих физических качеств, необходимых для освоения технико – тактических действий; - способствовать развитию у учащихся двигательных способностей (силы, гибкости, быстроты, выносливости и координационных способностей); - способствовать приобретению учащимися знаний по истории возникновения и развития избранного вида спорта- содействовать укреплению здоровья и нормальному физическому развитию.
<p>Ожидаемые результаты</p>	<p>В результате освоения программы, учащиеся смогут:</p> <ul style="list-style-type: none"> – проявлять устойчивый интерес, мотивацию к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни; – проявлять морально-этические и волевые качества; – проявлять дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; –управлять своими эмоциями в различных ситуациях; –оказывать помощь своим сверстникам. –рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку; –вести наблюдение за показателями своего физического развития <p>В результате освоения программы, учащиеся будут знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – об особенностях зарождения, истории избранного вида спорта; – основы личной гигиены, причины травматизма на занятиях избранным видом спорта и правила его предупреждения; <p>В результате освоения программы, учащиеся будут уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять упражнения по общей физической подготовке в соответствии с возрастом; - выполнять базовые подводящие, подготовительные упражнения для освоения технических элементов; <p>В результате освоения программного материала по избранному виду спорта учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать правила безопасного поведения на занятиях.
<p>Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)</p>	<p>В программе предусмотрено участие детей с особыми образовательными потребностями: детей с ограниченными возможностями здоровья; талантливых (одарённых, мотивированных) детей; детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.</p>
<p>Возможность реализации в сетевой форме</p>	<p>нет</p>

Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий	да
Материально-техническая база	Спортивные залы оборудованные в соответствии с табелем оснащения спортивных сооружений массового пользования спортивным оборудованием и инвентарем

Директор
ДЮСШ №10 г. Сочи



К.В. Бурьян