**Аннотация к дополнительной общеразвивающей образовательной программе**

**физкультурно-спортивной направленности «Детский фитнес»**



**1. Цель реализации программы**. Сохранение и укрепление здоровья, повышение иммунитета, физическое совершенствование, формирование у занимающихся основ здорового образа жизни.

**2. Программа разработана в соответствии с:**

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

- Концепцией развития дополнительного образования детей (утверждена  Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 года № 1726-р),

- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 года № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

- СаН-ПиН к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41),

- Методическими рекомендациями оценки физического развития и состояния здоровья детей и подростков, изучение медико-социальных причин формирования отклонений в здоровье. Рекомендации государственный комитет санитарно-эпидемиологического надзора РФ от 17 марта 1996 г. N01-19/31-17.

**3. Задачи программы.**

**Обучающие:**

1. Обучать двигательным действиям, нацеленным на укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма.
2. Формировать умение детей в самостоятельной организации двигательной деятельности под музыку.
3. Формировать начальные знания, умения и навыки в овладении ритмичности исполнения базовых шагов аэробики и танцевальных элементов.
4. Улучшать музыкальную и двигательную память детей.
5. Расширять двигательный опыт детей.

**Развивающие:**

1. Развивать двигательную активность детей.
2. Формировать правильную осанку.
3. Укреплять костно–мышечный корсет, сердечно – сосудистую, дыхательную систему.
4. Развивать координацию движений.
5. Развивать основные физические качества, координационные, ритмические способности.
6. Формировать культуру движений, обогащать двигательный опыт физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью.
7. Развивать подвижность в суставах, формировать свод стопы.

**Воспитательные:**

1. Формировать интерес детей к систематическим занятиям физическими упражнениями.
2. Способствовать гармоничному развитию личности.
3. Воспитывать взаимную ответственность, возможность самоутверждения, уверенность, инициативность.

**Срок освоения программы:** 1 год обучения – 77 часов.

**Режим занятий с конкретной группой учащихся:** 2 раза в неделю (по 1 академическому часу).

**Адресат программы.** Дети дошкольного и младшего школьного возраста (от 5 до 10 лет) не имеющих абсолютных противопоказаний к занятиям физической культуры.

После завершения обучения по программе «Детский фитнес» занимающие получают Сертификат об обучении по дополнительной общеразвивающей образовательной программе физкультурно-спортивной направленности в объеме 77 часов.