

24.05.2022

X 

Попенко Г.В.

Директор

Подписано: МБУ ДО г. Мурманска ДЮСШ №11

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО ДЮСШ № 11  
Г.В. Попенко  
24.05.2022

## **Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «Фитнес- аэробика 14-18 лет»**

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Фитнес аэробика» разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
4. Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 Министерства образования и науки Российской Федерации.
5. Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»
6. Требованиями САНПИН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2.

Программа направлена на привлечение подростков 14-18 лет к систематическим занятиям спортом, восполняет недостаток двигательной активности, содействует укреплению здоровья, гармоничному физическому развитию, формирует сознание к здоровому образу жизни. Освоение данной программы поможет естественному развитию организма подростка, морфологическому и физическому совершенствованию. Обучающиеся получают объём знаний умений и навыков, обусловленных требованиями развития дисциплины «аэробика» и «степ-аэробика». Смогут выполнить спортивные разряды ЕВСК. Получат начальные знания о профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта.