

24.05.2022

X 

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

Попенко Г.В.

Директор

Подписано: МБУ ДО г. Мурманска ДЮСШ №11

Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «Старт в профессию»

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «СТАРТ В ПРОФЕССИЮ» разработана на основе:

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 получение знаний, умений и навыков инструктора по виду спорта «фитнес-аэробика», развитие общефизических и специальных двигательных качеств обучающихся 15-18 лет. Занятия по программе «СТАРТ В ПРОФЕССИЮ» формируют знания по методике проведения занятий по фитнесу, научат, как самостоятельно составить танцевальный комплекс и как провести его в группе. Программа является

богатейшим источником эстетических впечатлений обучающегося, подразумевает развитие и постановку командного голоса, умение организовать группу, двигаться под музыку, согласовывать с ней свои движения.

Фитнес - один из самых молодых видов двигательной активности, быстро завоевавший популярность во всем мире. Огромное многообразие видов позволяет каждому найти занятие по душе.

Своеобразие и доступность занятий определяется органичным соединением спорта, единством движений и музыки. Фитнес как вид двигательной активности - один из наиболее «здоровых» видов занятия спортом, в котором важную роль играют красота, гармония и совершенство.

Ежегодно сотни тысяч юношей и девушек, завершив школьное обучение, начинают искать применение своим силам и способностям «во взрослой жизни». Процесс профессионального самоопределения в процессе обучения в свою очередь включает развитие самосознания, формирование системы ценностных ориентаций, моделирование своего будущего, построение эталонов в виде идеального образа профессионала.