

Аннотация
к рабочей программе курса внеурочной деятельности

Название программы – «Детская аэробика»

Направление внеурочной деятельности – спортивно-оздоровительное

Автор программы – Каратеева Д.И., учитель физкультуры

Целевая аудитория –5-6 классы

Срок реализации программы – 2 года

Программа призвана способствовать повышению уровня физического развития школьников, профилактике и коррекции нарушений осанки, а также формированию позитивного отношения к физической культуре, спорту и здоровому образу жизни.

Результаты освоения курса

Личностные результаты:

- гармоничное физическое развитие;
- устойчивость организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- сформированность ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- представление о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;
- привычка к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- сформированность организаторских навыков проведения занятий в качестве капитана команды, судьи;
- сформированность адекватной оценки собственных физических возможностей;
- инициативность, самостоятельность, взаимопомощь, дисциплинированность, чувство ответственности;

Метапредметные результаты

- способность сознательно организовывать и регулировать свою деятельность;
- владение умениями работать с информацией (анализировать и обобщать факты общественно-спортивной жизни, обосновывать выводы и т. д.),
- способность решать спортивные задачи
- представлять результаты своей деятельности в различных формах (соревнования, показательные выступления)
- готовность к сотрудничеству с соучениками, к коллективной работе, освоение основ межкультурного взаимодействия в школе и социальном окружении.

Формы организации учебного процесса.

Занятия проводятся в форме практических уроков, проводимых преподавателем «вживую» под фонограмму в формате занятий аэробикой, фитнес-аэробикой, кондиционной гимнастикой, а также в формате занятий «здоровая спина» и «стретчинг».

Уроки могут носить игровой характер, проводиться в виде мини-соревнований и игровых заданий. Предполагается наличие индивидуальных заданий для самостоятельной работы дома.