

**КРАСНОЯРСКАЯ РЕГИОНАЛЬНАЯ СПОРТИВНАЯ
ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ФЕДЕРАЦИЯ ФИТНЕС АЭРОБИКИ»**



**ПРИМЕРНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КРУЖКОВОЙ РАБОТЫ
ПО
«ФИТНЕС-АЭРОБИКЕ»
В ДИСЦИПЛИНЕ АЭРОБИКА
ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
МУНИЦИПАЛЬНЫХ БЮДЖЕТНЫХ ДОШКОЛЬНЫХ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ**

Василовская К.А., Забалуева А.В. Примерная рабочая программа кружковой работы по «Фитнес - аэробике» в дисциплине аэробика для детей старшего дошкольного возраста муниципальных бюджетных дошкольных образовательных учреждений. –отпечатано в типографии «ЛИТЕРА – принт» - 2017г. – 30 с.



Утверждаю:
Президент КРСОО «ФФА»
Ю.В.Котельникова

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Котельникова Ю.В. - президент Красноярской региональной спортивной общественной организации «Федерации фитнес-аэробики», судья Всероссийской категории;

Леоненко Е.В. - инструктор по ФК МБДОУ № 315 высшей категории, руководитель районного методического объединения инструкторов физической культуры Советского района г. Красноярска.

Рабочая программа разработана:

Василовская К.А. - тренер-преподаватель 1 категории;

Забалуева А.В. - инструктор по ФК МБДОУ № 217 Советского района г. Красноярска;

Красноярск 2017г.

Актуальность программы

В настоящее время фитнес-аэробика является молодым, динамично развивающимся видом спорта. Среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений ежегодно проводятся фестивали «ФИТНЕС ДЕТЯМ», где команды детских садов демонстрируют свои выступления. Таким образом, стал актуален вопрос создания базовой программы для детей детских садов по Фитнес - аэробике в дисциплине аэробика.

Особенности программы по Фитнес - аэробике.

Основными особенностями программы являются:

1. Пропаганда здорового образа жизни, гармонии и физического развития.
2. Конкретные методические рекомендации по организации и планированию учебно-тренировочной работы в зависимости от возраста, уровня развития физических качеств и особенностей занимающихся.

Методическая новизна.

Программа по Фитнес - аэробике станет первым печатным изданием, предназначенным для использования в детских садах в кружковой работе инструкторов по физической культуре. Данный документ необходим для эффективного построения занятий в двухлетней подготовке на спортивно-оздоровительном этапе в Фитнес - аэробике.

Практическая значимость.

Программа по Фитнес - аэробике будет являться учебно-методическим инструментом в практической деятельности по подготовке детей по Фитнес - аэробике в старшей и подготовительной группах детского сада в дисциплине аэробика.

Заключение

В связи с вышеизложенным, данная примерная программа по Фитнес - аэробике в дисциплине аэробика для дополнительного образования детей в дальнейшем используется в муниципальных бюджетных дошкольных образовательных учреждениях является актуальной. Имеет свои характерные особенности, а также, несомненно, обладает методической новизной и практической значимостью.