

**Аннотация
к программе курса внеурочной деятельности «Аэробика»**

Направление	Спортивно - оздоровительное
Класс	10 класс
Нормативная база	1.Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 N 413 (ред. от 11.12.2020) "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования"; 2.Основная образовательная программа среднего общего образования МАОУ СОШ №1 г. Ишима; 3.Учебный план МАОУ СОШ №1 на 2020-2021 учебный год.
Основные цели и задачи реализации содержания предмета	Цель программы: раскрыть понятия о физической и спортивной подготовке, об особенностях организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, соблюдении правил безопасности во время занятий физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности. Укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни через занятия аэробикой. Задачи: -воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности; -умело использовать ценности физической культуры для укрепления здоровья, -анализу и объективной оценке результатов собственной деятельности; -управлению своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми; -обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях; - подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).
Срок реализации	2020- 2021 учебный год
Место предмета в учебном плане	10 класс – 1 час в неделю, 34ч. в год 11 класс – 1 час в неделю, 34ч. в год
Особенности учебного плана	Программа рассчитана на обучающихся старшего звена. Направлена на формирование знаний для организации и проведения самостоятельных занятий. Соответствует возрастным особенностям.
Структура рабочей программы	1) планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности; 2) содержание курса; 3) тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества

	часов, отводимых на освоение каждой темы.
--	---