Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «спортивная аэробика» (далее – Программа) разработана на основании Федерального Закона №273-ФЗ от 29 декабря 2012 года «Об образовании в Российской Федерации», в соответствии приказа Министерства образования и науки Российской Федерации №1008 от 29 августа 2013 года «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», приказа Министерства спорта Российской Федерации №1125 от 27 декабря 2013 года «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».

Настоящая программа предназначена для подготовки спортсменов в спортивно-оздоровительных группах КГАОУ ДОД «КДЮСШ». Реализация Программы обеспечивает достижение цели, предусмотренной законодательством Российской Федерации и Красноярского края:

* удовлетворения потребностей школьников и учащейся молодежи в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
* обеспечения необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, физического совершенствования, профессионального самоопределения, социальной адаптации школьников и учащейся молодежи.
* отбор одаренных детей;
* получение детьми начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта (в том числе избранного вида спорта).

Организация занятий по программе осуществляется на *спортивно-оздоровительном этапе* в течение 10 лет.

Основные задачи спортивно-оздоровительного этапа:

* укрепление здоровья и гармоничное развитие всех органов и систем организма детей;
* формирование стойкого интереса к занятиям спортом;
* овладение основами техники выполнения обширного комплекса физических упражнений и освоение техники подвижных игр;
* воспитание трудолюбия;
* развитие и совершенствование физических качеств (с преимущественной направленностью на быстроту, ловкость и гибкость);
* достижение физического совершенствования, высокого уровня здоровья и работоспособности, необходимых для подготовки к общественно полезной деятельности;
* отбор перспективных детей и молодежи для дальнейших занятий избранным видом спорта.

**Возраст детей**, участвующих в реализации данной программы 8 лет и старше. Группы детей первого этапа обучения набираются без предварительных требований к их физической и технической подготовки.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ЭТАП** |  | **СОГ 1** | |  | **СОГ 2** | | **СОГ – 3** |
| **Название групп** |  | |  |  |  | | |
|  | Группы спортивно-оздоровительной( предварительной) подготовки | |  |  | группы углублённой  (специализированной)  подготовки | | |
|  |  | | |  |  | | |
| **Возраст** |  | 8-10 лет | |  | 11-14 лет |  | 15-18 лет |
| **Часы в неделю** |  | 6 часа | |  | 6 часов |  | 6 часов |
| **Время освоения** |  | 3 года | |  | 4 года |  | 4года |