**Аннотация к рабочей программе по виду спорта: спортивная аэробика для групп базового уровня четвертого года обучения**

Цель программы: физическое развитие и укрепление здоровья обучающихся посредством освоения вида спортивной аэробики; подготовка юного спортсмена к выполнению спортивного разряда.

Задачи программы:

Обучающие:

* Формировать правильную осанку и аэробный стиль (школу) выполнения упражнений;
* Техническая подготовка – освоение базовых шагов и специфических (фундаментальных) элементов: динамическая сила (группа А), статическая сила (В), прыжки (С), гибкость (D);
* Хореографическая подготовка – освоение элементов различных танцевальных стилей в простейших соединениях;
* Формирование умения понимать музыку, разбираться в средствах музыкальной выразительности (характер, размер, ритм, темп, громкость, форма и фразировка) и согласовывать свои движения с музыкой.

Развивающие:

* Содействовать гармоничному физическому развитию и укреплению здоровья учащихся;
* Способствовать разносторонней общей физической подготовке и развитию всех специальных физических качеств;
* Специально-двигательная подготовка – развитие умений ощущать различные параметры движения.

Воспитательные:

* Привитие интереса к регулярным занятиям спортивной аэробикой,
* Формирование положительного отношения к искусству аэробики, акробатики и хореографии.
* Воспитание волевых, морально- этических и эстетических качеств спортсменов; дисциплинированность, аккуратность и трудолюбие.
* Режим учебных занятий.Количество обучающихся в группе – 5-25 человек. Срок реализации рабочей программы 1 год. Занятия проводятся 4 раза в неделю по 2 академических часа.
* В соответствии с программой каждое занятие состоит из теоретической части (37 часа в год) и практической (331 часа в год).