

**Учебная программа: Курс повышения квалификации «Проведение
спортивно-оздоровительной деятельности с помощью фитнес-аэробики
в сфере дополнительного образования детей и взрослых при ФГОС
ДО».**

«Утверждаю»



Директор Общества с ограниченной
ответственностью «Институт развития
образования, повышения квалификации и
переподготовки»

_____ Д.Н.Сергоманов

Учебная программа курса

О программе:

Включение фитнес – аэробики в учебную программу физкультурного образования в качестве одного из базового вида физкультурно-спортивной подготовки продиктовано её широкой популярностью среди детей младшего, среднего и старшего возраста, молодежи и взрослого населения.

фитнес – аэробика и её элементы могут эффективно использоваться в различных формах физической культуры, особенно с рекреативной и кондиционной направленностью.

Учебный процесс направлен на формирование

устойчивых мотивов и потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом,

целостном развитии физических и психических качеств, морально волевых качеств, социализации и адаптации к современным требованиям и условиям жизни российского общества.

1. Освоение базовых знаний и общих представлений о физической культуре, их истории и современном развитии, значении в жизни человека, роли в укреплении и сохранении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

2. Воспитание физических качеств и повышение функциональных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма;

3. Совершенствование жизненно важных навыков и умений, формирование культуры движения, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами различных видов фитнес-аэробики;

4. Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими

упражнениями;

5. Воспитание положительных качеств личности, эстетическому и нравственному воспитанию, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Обучающий курс направлен на:

1. Освоение базовых знаний и общих представлений о физической культуре, их истории и современном развитии, значении в жизни человека, роли в укреплении и сохранении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

2. Воспитание физических качеств и повышение функциональных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма;
3. Совершенствование жизненно важных навыков и умений, формирование культуры движения, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами различных видов фитнес-аэробики;
4. Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
5. Воспитание положительных качеств личности, эстетическому и нравственному воспитанию, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Категории обучающихся:

Педагоги, специалисты системы образования, специалисты по методике обучения, преподаватели по программам дополнительного обучения, преподаватели, а также специалисты, направления подготовки и специальности которых соответствуют профилю направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой учащимися, или преподаваемому учебному курсу, дисциплине (модулю)

Оценка качества:

Промежуточная и итоговая аттестации в форме тестов.

Форма обучения:

Заочная. В процессе обучения применяются исключительно дистанционные образовательные технологии и электронное обучение.

Итоговая аттестация:

Итоговая аттестация включает теоретическую и практическую составляющие: итоговый экзамен по теоретической части обучения и предоставление материалов по практической части обучения. Итоговая аттестация осуществляется в дистанционном режиме.

☐ Это означает, что слушателю будет предложен билет, на который необходимо будет ответить за определенный промежуток времени.

Выдаваемый документ:

☐ По окончании курса учитель получает печатное удостоверение о повышении квалификации установленного образца. Удостоверение высылается Почтой России (доставка бесплатна).

Координаты оргкомитета:

Адрес сайта: www.ropkip.ru

Электронный адрес: info@ropkip.ru

Фактический адрес: 655017, Россия, Республика Хакасия, г. Абакан, ул. Пушкина, д. 165, пом., 7н

Телефон: +7 (953) 255-99-00

