

Программа «Фитнес-Аэробика» направлена на решение проблемы недостатка двигательной активности современных школьников.

Фитнес-аэробика – один из самых молодых видов спорта, быстро завоевавший популярность во всем мире. Своеобразие его определяется органичным соединением спорта и искусства, единством движений и музыки. Это массовый, эстетически увлекательный и поистине зрелищный командный вид спорта, синтезировавший все лучшее в теории и практике оздоровительной и спортивной аэробики.

Программа предназначена для обучающихся 7-18 лет.

В результате освоения программы у обучающихся: сформируется интерес к занятиям спортом; будут изучены основные техники выполнения обширного комплекса физических упражнений; сформируются знания о здоровом образе жизни.

Программа рассчитана на 3 года – 432 учебных часа.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ ДЕТСТВА И ЮНОШЕСТВА ПРИМОРСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Кравченко Анастасия Владимировна, ДИРЕКТОР

17.09.26 15:05 (MSK)

Сертификат 63F371EA3121B9070D43AA3495482A80