

Аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Чир-фитнес» направлена на развитие физических способностей и творческого потенциала учащихся посредством знакомства с чирлидингом и фитнесом.

Программа формирует интерес учащихся к здоровому образу жизни, развивает навыки, знания и умения в области фитнеса и чир спорта, музыкально-ритмическую координацию, укрепляет осанку, творческие способности.

Программа предусматривает подготовку учащихся к освоению этапов спортивного развития, в том числе, в дальнейшем, по программам спортивной подготовки.

Программа рассчитана на возраст учащихся 8-12 лет. Срок реализации -2 года, по 216 часов в год, 6 часов в неделю.