

**Индивидуальный предприниматель Верхотурова Диана Агабалаевна  
ИНН 325700037503 ОГРНИП 317325600057279**

**Аннотация к Дополнительной общеобразовательной программе –  
дополнительной общеразвивающей программе**

**«Сакральные танцы»**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Сакральные танцы» (далее Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность и ориентирована на расширение и углубление индивидуальных знаний обучающихся женщин о важности работы с пластикой тела через танец, формирование и совершенствование их возможностей в укреплении женского здоровья.

Программа регламентирует цели, ожидаемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки по данному направлению подготовки и профилю и включает в себя: учебный план; рабочая программа учебной дисциплины и другие материалы, обеспечивающие качество подготовки обучающихся, а также календарный учебный график и методические и оценочные материалы, обеспечивающие реализацию соответствующей образовательной технологии.

Программа разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона РФ от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановления Правительства РФ от 11.10.2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказа Минтруда России от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»,
- Приказа Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26.08.2010 № 761н «Единый квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и служащих. Раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

**Адресат программы**

Программа рассчитана на неограниченный круг обучающихся женщин в возрасте от 18 лет.

Обучение проводится только на основе добровольности и при явной заинтересованности к теме программы.

Объем программы – 82 часа.

Срок освоения программы – 3 месяца.

1 академический час = 45 минут.

**Форма обучения:** Программе реализуется в заочной форме с применением исключительно электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**Режим занятий:** Программа проходит 2 раза в неделю, по 4 часа в день.

### **Формы аттестации**

Текущий контроль результатов обучающихся происходит по итогам выполнения обучающимся самостоятельной работы после прохождения каждого занятия в письменной или устной форме.

Для оценки обучающимся своих знаний и возможности корректировки в процессе обучения, обучающемуся предоставляются материалы для практических заданий.

Промежуточная аттестация – зачет в виде творческой работы.

Итоговая аттестация не предусмотрена.

### **Особенности организации образовательного процесса:**

Изучение материала осуществляется дистанционно с использованием личного кабинета на платформе GetCourse. Аудиторная работа включает изучение лекционного видео материала, размещенного в СДО. Самостоятельная работа обучающегося заключается в выполнении заданий, размещенных в СДО в разделе «задание» на странице урока в личном кабинете обучающегося. Консультации проводятся через комментарии к урокам за счет часов аудиторной и самостоятельной работы.

**Целью программы** является создание условий для расширения и углубления индивидуальных знаний обучающихся женщин о важности работы с пластикой тела через танец, формирование и совершенствование их возможностей в укреплении женского здоровья.

Для достижения цели в программе ставятся следующие **задачи:**

#### **Обучающие:**

- формировать у обучающихся знания и общие представления о женском физическом здоровье, важности работы с пластикой тела;
- формировать знания, умения и способности, необходимые для обеспечения жизнедеятельности в разнообразных условиях жизни, обогащать двигательный опыт.

#### **Развивающие:**

- содействовать оптимизации гармоничного развития;
- развивать мышечное чувство, преодолевать телесные зажимы.

#### **Воспитательные:**

- воспитывать умение эмоционального самовыражения, раскрепощенности в движениях;
- способствовать развитию воображения, мышления, познавательной активности;
- способствовать развитию интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями.

Содержание программы обеспечивает формирование у обучающихся **следующих результатов:**

- Проработка блоков в теле;
- Создание более гибкого, здорового, привлекательного тела;
- Становление как нормы прилива силы и энергии;
- Уменьшение отёков и улучшение кровообращения, появление легкости в теле;
- Профилактика спаечного процесса.