

Векторы развития фитнес-аэробики «дисциплина хип-хоп» в г. Мончегорске (из опыта работ объединения «Фитнес»)

(презентация прилагается)

Слайд№1 Добрый день уважаемые коллеги!

Я работаю педагогом дополнительного образования в ЦРТДиЮ «Полярис» и тема моего сегодняшнего выступления: **«Векторы развития фитнес-аэробики «дисциплина хип-хоп» в г. Мончегорске (из опыта работ объединения «Фитнес»)**»

Слайд№2

В современном обществе остро обозначена проблема здоровья детей и его сохранения. Научные исследования свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», что ведет к нарушениям развития детского организма. Перед системой образования поставлена задача - создание условий для занятий физической культурой и спортом детей и молодежи. Значимую роль в решении задачи приобщения детей к занятиям физкультурой выполняют учреждения дополнительного образования.

В Центре «Полярис» города Мончегорска ежегодно реализуется до 20 общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности. Большая часть программ – по общей физической подготовке с элементами различных видов спорта: ушу, фитнес-аэробики, настольного тенниса.

Увлечение занятиями фитнес-аэробикой укрепляет здоровье, дает ребёнку уверенность в своих силах, радость живого общения со сверстниками, успешность и реализацию двигательных навыков в любимом деле. Существует несколько направлений в фитнес-аэробике – классическая аэробика, степ аэробика, и хип –хоп.

Слайд№3

Хип-хоп сегодня, пожалуй, самое популярное танцевальное направление, которое приобрело огромный интерес среди детей и подростков, став увлекательной альтернативой физическим упражнениям. Хип-хоп получил статус спортивной дисциплины.

Слайд№4

В городе Мончегорске данный вид спорта начал развиваться с 2003 года. Можно выделить три направления деятельности:

1. Образовательная деятельность (реализация **Дополнительных Общеобразовательных программ физкультурно-спортивной направленности**)
2. Организация и проведение соревнований для учащихся учреждения и города.
3. Популяризация фитнеса как вида спорта среди детей и подростков города

Слайд№5

Образовательная деятельность

В 2003 году мной разработана и до настоящего времени успешно реализуется дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ОФП с элементами фитнеса», в 2012 году прошла апробацию программа продвинутого уровня «ОФП с элементами фитнеса» (спортивное совершенствование).

Общей целью программ является создание условий для физического развития учащихся через занятия хип-хоп, формирование мотивации к систематическим занятиям спортом и активным отдыхом.

Слайд№6

Актуальность программ заключается в том, что она востребована детьми и их родителями. Фитнес-аэробика полезна, привлекательна и доступна для детей. Программный материал объединен в целостную систему спортивной и оздоровительной практики, включающий в себя общую и специальную физическую подготовку, что крайне привлекает детей и удовлетворяет потребности родителей.

Слайд№7

Программы	Возраст реализации	По годам обучения	По уровню реализации
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа « ОФП с элементами фитнеса »	6-14 лет	5 года	стартовый
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа « ОФП с элементами фитнеса – спортивное совершенствование »	11-18 лет	3 года	продвинутый
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа « Хип хоп Ритм »	6-8 лет	2 года	стартовый
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа « Хип хоп. Большая команда »	10-18лет	1 год	базовый

Слайд№8

На сегодняшний день разработаны еще 2 программы «Хип-хоп. Ритм» и «Хип-хоп. Большая команда». Появление новых программ обусловлено активным участием учащихся в соревновательной деятельности.

Стартовый уровень программы «Хип-хоп. Ритм» предусматривают введение детей в мир современной хип-хоп культуры, ознакомление с простейшими базовыми элементами хип-хопа доступными для детей старшего дошкольного возраста и начального школьного возрастов.

Слайд№9

Программу продвинутого уровня «Спортивное совершенствование» и базовый уровень «Хип-хоп. Большая команда» осваивают учащиеся, которые закончили программу начальной подготовки.

Содержание программ также корректируется с учетом правил соревнований по данному виду спорта.

Слайд№10

Результатом работы по разработке и реализации новых программ стало:

- желание детей заниматься и достигать определенных спортивных результатов, выполнять спортивные разряды;
- увеличение количества команд в объединении;
- заинтересованность родителей (оказание финансовой помощи – экипировка спортсменов трансфер до места проведения соревнований и т.д.; эмоциональная поддержка, содействие при организации праздников, мероприятий, соревнований);
- популяризация в городе такого вида спорта как фитнес аэробика в дисциплине хип-хоп.

Слайд№11

Также можно сказать, что объединение «Фитнес», руководителем которого являясь, успешно развивается.

Ежегодно число учащихся увеличивается. Так в **2003** году в объединении занималось 15 человек (сформирована 1 команда). В это время я стала готовить команды к выступлению на городских и областных соревнованиях, а по итогам нашей работы появилась возможность и желания выезжать на региональный и всероссийский уровень. В **2018** количество учащихся увеличилось в 4 раза (59 человек, 6 команд и 3 дуэта). **2023** году в объединении занимается 64 спортсмена, сформировано 8 команд, из них 2 команды в дисциплине Мега Крю, 7 дуэтов.

Слайд№12

На протяжении последних лет работы мои учащиеся являются победителями и призерами всех городских и областных соревнований по фитнес-аэробике, в дисциплине хип хоп. Несколько лет подряд наши команды принимают участие в соревнованиях городского, областного уровня по фитнес аэробике.

Кроме этого, положительным результатом работы считаю спортивные и юношеские разряды, которые учащиеся объединения выполняют на соревнованиях ежегодно.

На сегодняшний день 30 учащихся объединения «Фитнес» имеют юношеские и спортивные разряды. Из них 12 спортсменов имеют 1 юношеские разряды; 3-й спортивный - 13 человек, 2-й спортивный - 5 человек.

Слайд№13

2. Организация и проведение соревнований для учащихся учреждения и муниципалитета

В сентябре 2016 году в городе Мончегорске создана «Спортивная Федерация фитнес-аэробики города Мончегорска». Благодаря этому, а также при содействии Комитета по физической культуре и спорту администрации города Мончегорска, у нас есть возможность организовывать городские соревнования по фитнес-аэробике, что способствует популяризации нашего вида спорта.

Так с **2011 года** ежегодно в спортивном зале ФОК «Умка» проводится Первенство города Мончегорска по фитнес аэробике.

В 2024 году соревнования по фитнес-аэробике (дисциплина хип –хоп) планируем провести более масштабно, приглашены команды из области.

Слайд№14

Ежегодно в центре «Полярис» для учащихся танцевально-спортивных объединений проводится личное первенство «Новогодний фитнес трофи».

В 2023 году впервые организован Городской фестиваль-конкурс «Новогодний фитнес-трофи», в котором смогли принять участие учащиеся школ города: гимназия №1 СОШ№1; СОШ №5; СОШ№8; ОШ№14.

Мероприятие получилось ярким, красочным, веселым, в формате интересного досуга, детской активности и пропаганды ЗОЖ.

Слайд№14

3. Популяризация фитнеса как вида спорта среди детей и подростков города

Активно развивается не только соревновательное, но и творческое пространство объединения «Фитнес». Учащиеся объединения принимают активное участие в мероприятиях Городского центра культуры, в общегородских праздниках, таких как «День знаний», «День города», «День учителя», «День матери», «День молодежи», «День защиты детей» и «Последний звонок», а также на мероприятиях Центра «Полярис» - выпускных вечерах, «Днях открытых дверей» и итоговых концертах.

Подводя итог вышесказанному, можно сделать вывод, что направление фитнес аэробики стремительно развивается у нас в городе, и те команды, которые выходят сегодня на площадки, достойно представляют наш город на соревнованиях областного уровня, занимают призовые места. Созданы условия для достижения спортивных результатов, для развития творчества и самовыражения учащихся, занимающихся танцевально-спортивным направлением хип-хоп.

Слайд№15

Спасибо за внимание!