

**Краткая аннотация к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе
«Весёлая аэробика» (для детей 3-4 лет)**

Направленность	Физкультурно-спортивная
Актуальность	<p>Проблемы воспитания здорового ребенка были и остаются наиболее актуальными в практике общественного и семейного воспитания, они диктуют необходимость поисков эффективных средств их реализации. Важная роль в успешном применении коррекционно-оздоровительных средств и методов принадлежит созданию таких условий организации воспитательно-образовательного процесса, при которых развивающий эффект достигается без какого-либо ущерба для растущего организма и способствует улучшению физического статуса дошкольников.</p> <p>Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Веселая аэробика» (для детей 3-4 лет) определяется запросом родителей, на увеличение двигательной активностью вовремя пребывания ребенка в детском саду в течение дня.</p> <p>Новизна программы предполагает использование новых и современных педагогических технологий, например, таких как: элементов Су-Джок и игрового стрейчинга.</p>
Цель и задачи программы	<p>Цель: Ведущей целью программы является создание благоприятных условий для удовлетворения биологической потребности детей младшего дошкольного возраста в двигательной деятельности, развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями.</p> <p>Реализация программы будет способствовать решению следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Оздоровительные задачи: повысить функциональные и адаптационные возможности организма детей; сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; формирование потребности в двигательной деятельности повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления. • Образовательные задачи: обучить элементарным приемам оздоровления; сформировать навыки двигательной культуры у дошкольников; Формирование у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, развитие интегративных качеств личности дошкольников. • Воспитательные задачи: Воспитание дисциплинированности, целеустремленности, настойчивости, выдержки, ориентировки. Повышение интереса к систематическим занятиям с учетом состояния здоровья. Развитие интереса к участию в подвижных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

<p>Отличительные особенности программы</p>	<p>Отличительной особенностью данной дополнительной образовательной программы является</p> <ul style="list-style-type: none"> • программа разработана таким образом, чтобы обеспечить максимальный объём развития движений, последовательность обучения движениям, систематичность увеличения нагрузки, постепенное развитие функциональных способностей занимающихся. • использование новых и современных педагогических технологий, например, таких как: Су-Джок; игровой стрейчинг. • использование научно - обоснованных программ, технологий и методик; • осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью; • подчинение комплекса оздоровительных приемов определенной цели; • разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки; • индивидуальный подход к оздоровлению воспитанников.
<p>Условия реализации программы</p>	<p>Условия набора: В данную группу зачисляются дети II младшей группы. Строгих условий набора обучающихся по освоению ДОП нет. В группы записываются все желающие по заявлению родителей (законных представителей).</p> <p>Особенности организации образовательного процесса: Формы организации занятий – групповая; индивидуально-групповая. Форма проведения занятия – занятие-игра, игра-путешествие, открытое занятие, учебно-тренировочное занятие. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 15 минут, в соответствии с возрастом детей, во второй половине дня. Рекомендуемая наполняемость групп – 12 человек. Основной формой образовательного процесса является групповое занятие. Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную. Продолжительность занятия зависит от возрастных особенностей детей и требований СанПиНа.</p>
<p>Планируемые результаты</p>	<p>Воспитанники к концу года должны уметь и знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь сохранять положение «правильной осанки» в положении стоя, сидя, лежа, при ходьбе; - уметь самостоятельно выполнять упражнения с предметами и без предметов, для укрепления мышц туловища, рук и ног. - уметь участвовать в подвижных играх с профилактической направленностью. - знать правила техники безопасности при выполнении упражнений в зале. - знать о причинах возникновения травм во время занятий и профилактике травматизма. <p>Планируемые результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рост показателей уровня физической подготовленности воспитанников.

	<ul style="list-style-type: none">• Сформированность точного, уверенного выполнения элементов аэробики, игрового стрейчинга, упражнений с предметами в заданном темпе и ритме.• Проявление положительной мотивации к совместной двигательной деятельности; умения действовать в коллективе, соблюдая нормы и правила.• Проявление воспитанниками самостоятельности, инициативы в двигательной деятельности, развитие воображения, укрепление мышечного корсета.• Положительный психологический и эмоциональный настрой• Развитие и улучшение таких физических качеств, как координация движений, функция равновесия и др.• Формирование навыков выполнения упражнений в сочетании с музыкальным сопровождением.
--	--