Отделение художественная гимнастика и спортивная аэробика.

3. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по виду спорта художественная гимнастика (для спортивно-оздоровительных групп - дошкольники), 2017 год, автор Федотова Е.А.

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта «Художественная гимнастика» (далее Программа) составлена и разработана в соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г № 273-ФЗ, с Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008), Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 14.12.2007 № 329-ФЗ, на основании Постановлений и распоряжений Правительства Российской Федерации, нормативных актов, действующих в области физической культуры, спорта и образования.

Направленность программы

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Данная программа направлена на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья.

Актуальность

В настоящее время дети мало играют, поэтому мы – взрослые должны научить ребенка играть. Наблюдая за поведением ребенка в игре, взрослый учится понимать его переживания, видеть его взаимоотношения с другими детьми.

«Береги здоровье смолоду» - этот девиз отражает необходимость укрепления здоровья ребенка с первых дней его жизни. Растить детей здоровыми, сильными, эмоциональными – задача каждого дошкольного учреждения. Напряженный ритм жизни требует от современного человека целеустремленности, уверенности в своих силах, упорства и, конечно же, здоровья. В то же время отсутствие эмоционально-психического благополучия в ДОУ может вести к деформации личности ребенка, к уменьшению возможностей эмоционального контакта с окружающим, возрастанию трудностей в установлении новых социальных отношений. Поэтому в современных условиях особенно актуальными задачами являются привитие интереса к физической культуре и спорту, а также обучение их доступным двигательным умениям. Эти формы работы нацелены не на оттачивание техники выполнения тех или иных упражнений, а на воспитание положительных эмоций, высокую двигательную активность детей, свободное и непринужденное взаимопонимание.

Невозможно представить себе жизнь ребенка в детском саду без веселых досугов и развлечений, праздников и соревнований, интересных подвижных игр. Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Сейчас, как никогда внимание педагогов обращено на творческое развитие ребенка во всех областях его деятельности, на выявление его способностей, индивидуальности, поэтому новизна программы заключается в том, чтобы всесторонне способствовать творческому началу детей, развивать их фантазию и инициативу.

Цель программы

Создание оптимальных условий для укрепления здоровья детей дошкольного возраста путем повышения физиологической активности органов и систем, физического развития детей, формирование личности ребенка, воспитание морально-волевых качеств. А также сформировать интерес к занятиям физической культуры; к собственным достижениям; мотивации к ЗОЖ через спортивные игры.

Цель будет достигнута при решении следующих **задач**:

1. Оптимизировать двигательную активность дошкольников во время их пребывания в детском саду.
2. Познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга.
3. Формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств.
4. Развивать сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции и также эмоционально-чувственную сферу.
5. Воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.
6. Развивать физические качества, двигательных умений и навыков.
7. Укрепить и развить сердечнососудистую и дыхательную системы.
8. Развивать все звенья опорно-двигательного аппарата, формировать правильную осанку.
9. Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, ловкость, скоростно-двигательную и координационную способности.
10. Развивать чувство ритма, музыкальный слух, память, внимание, умение согласовывать свои движения с музыкой, с движениями сверстников.
11. Развивать творческие способности.

12. Воспитывать смелость, доброжелательность, выдержку.

Организационные условия реализации программы

Программа рассчитана на 1 год для детей 5-6 лет.

Количество занятий (44 недели) – 88 занятий в год.

Периодичность проведения занятий – 2 раз в неделю.

Продолжительность одного занятия – 25-30 мин.

Нормы наполнения групп – 15-20 чел.

Форма организации учебно-воспитательного процесса: групповая.

Методы обучения – тренировочные упражнения.

Ожидаемый результат:

1. Сформированность правильной осанки.
2. Развитие двигательных способностей.
3. Снижение заболеваемости детей, посещающих кружок.
4. Выработка дисциплины у детей дошкольного возраста.
5. Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
6. Развитие умений работать в коллективе.
7. Формирование у детей уверенности в своих силах.
8. Умение применять игры самостоятельно.
9. Развитие физических качеств (быстрота, сила, ловкость и т.д.).

Итогом деятельности программы может быть снижение или отсутствие заболеваний, повышение физических возможностей, участие в спортивно-массовых физкультурных мероприятиях, спортивных праздниках.