Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №37 комбинированного вида Василеостровского района Санкт-Петербурга
199225, СПб, ВО, бульвар Александра Грина, дом 2, корпус 2
ИНН 7801139399КПП 780101001 ОКПО 50938763 ОГРН 1027800546840
Комитет финансов № 40601810200003000000 БИК 044030001
Лицевой субсчет 0491091
ОКАТО 40263562000ОКФС 13, ОКОПФ – 72

Презентация Программы «Детский фитнес по сказкам» для детей дошкольного возраста 3-4 лет, 4-5 лет

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Детский фитнес по сказкам» (далее – Программа) является программой ***физкультурно-спортивной направленности.*** Уровень освоения программы – общекультурный.

Программа разрабатывалась в соответствии с:

- ✓ Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- ✓ Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242.

Основные характеристики программы

Программа в целом ***направлена*** на развитие физических качеств и укрепление здоровья детей, используя эффективность методики комплексного воздействия упражнений фитбол-аэробики на развитие физических способностей детей дошкольного возраста.

Детский фитнес — хорошо продуманная детская физкультура, укрепляющая и формирующая жизненно важные навыки и умения, увеличивающая функциональные резервы организма. Это занятия под специально подобранную музыку с использованием разнообразного спортивного инвентаря, направленные на укрепление мышечного корсета и свода стопы ребенка, обучение правильной ходьбе, развитие мелкой моторики, освоение навыков равновесия. Занятия фитнесом развивают координацию и ловкость движений, чувство ритма, гибкость, пластичность, внимание и быстроту реакции, повышают способность ребенка ориентироваться в пространстве.

Адресат программы*- дети дошкольного возраста 3-4 лет, 4-5 лет*

Цель программы: Нравственное и эмоциональное развитие детей путем приобщения к занятиям фитнесом.

Задачи:

Обучающие:

- ✓ укрепление опорно-двигательного аппарата;
- ✓ формирование правильной осанки;
- ✓ расширить знания о гимнастике;
- ✓ укрепление силы мышц стопы и голени с целью предупреждения плоскостопия, так как оно может существенно ограничить двигательную активность ребенка;
- ✓ познакомить с основными шагами и приемами аэробики;

Развивающие:

- ✓ способствовать развитию воображения;
- ✓ способствовать развитию мышечной силы, гибкости;
- ✓ содействовать развитию чувства ритма, памяти, внимания, воображения, эмоционального самовыражения, раскрепощенности, творчества в движениях.
- ✓ содействовать формированию умения согласовывать движения с музыкой.
- ✓ создавать условия для развития мышления, находчивости и познавательной активность, расширения кругозора;

Воспитательные:

- ✓ формировать устойчивый интерес у детей к занятиям фитнесом;
- ✓ воспитать культуру поведения и общения в коллективе;
- ✓ воспитывать стремление к сплочению коллектива.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 37 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Обухова Наталья Валерьевна, Заведующий

19.11.26 12:17 (MSK)

Сертификат 306FFD3F1E4D8AAE2767A055DAEE4808