Краткая презентация
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физической направленности муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения Киселевского городского округа детского сада 10 «СТЕП-АЭРОБИКА»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Степ-аэробика» имеет физическую направленность и реализуется на платной основе за счет средств родителей (законных представителей) воспитанников.

Рабочая программа разработана с учетом методических рекомендаций по физическому воспитанию дошкольников:

- Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» / Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А. и др., изд. «Мозаика-Синтез», М., 2014г.
- **Федеральные государственные образовательные стандарты к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования** Приказ от 17 октября 2013г. N 1155,
- **Методическое письмо** «Рекомендации по экспертизе образовательных программ для дошкольных образовательных учреждений Российской Федерации» (Методическое письмо Министерства образования РФ от 24.04.95г.№46/19-15)
- **Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении от** 27 октября 2011 г. N 2562 г. Москва **(Постановление Правительства РФ) -СанПиН 2.4.1.2660-10** «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» (Зарегистрировано в Минюсте России 27.08.2010, регистрационный номер 18267)

В данной рабочей программе представлены занятия, разработанные на основе следующих положений:

- Физкультурно – оздоровительное направление является частью всей воспитательно-образовательной работы в ДОУ и взаимосвязана со всеми ее направлениями. Особенно, важное, значение для воспитания и развития ребенка имеет связь занятий физической культуры с игрой. Такая разносторонняя связь повышает интерес детей к занятиям физической культуры и к игре.
- Для развития физической культуры необходимо создавать развивающую среду, постепенно вовлекая в этот процесс детей, вызывая у них радость, удовольствие, от материала в физкультурных уголках. Большое значение имеет удачный подбор материалов для занятий, удобное и рациональное размещение, доброжелательное отношение педагога к каждому ребенку; эмоционально – положительная атмосфера занятий.

Актуальность программы:

Главной ценностью для человека является его здоровье. Причём эта ценность выступает на двух уровнях: личном и общественном. Дошкольный возраст в развитии ребёнка – это период, когда закладывается фундамент его здоровья, физического

развития и культуры движений. От того, как организовано воспитание и обучение ребёнка, какие условия созданы для его взросления, для развития его физических и духовных сил, зависит развитие и здоровье в последующие годы жизни.

Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Новизна программы:

В детском саду проводится системная работа по физическому воспитанию детей, которая включает в себя традиционные и нетрадиционные формы.

Одной из них является степ – аэробика, которую мы предлагаем использовать в работе с детьми.

Разработанная программа позволит добиться оптимального уровня развития физических качеств: быстроты, гибкости, равновесия, координационных способностей, а также несет профилактический характер.

Под воздействием упражнений на степ – платформе улучшается функция сердечно – сосудистой и дыхательной систем, укрепляется опорно – двигательный аппарат, регулируется деятельность нервной системы и ряд других физиологических процессов, таких как, профилактики плоскостопия и нарушений осанки.

Новизна данной программы заключается в том, что на ряду с традиционными формами упражнений, проводятся специальные упражнения по степ – аэробике, а также логоритмические упражнения. Оптимальное сочетание которых в ходе занятий позволит решать не только задачи по физическому воспитанию, но и развивать координацию движений и речь.

У детей, занимающихся оздоровительной аэробикой повышаются адаптивные возможности организма благодаря регулярной направленной двигательной активности, положительным эмоциям (музыкальное сопровождение, стимул научиться танцевать, сформировать красивую фигуру, быть здоровым и бодрым).

Наполняемость групп и особенности набора обучающихся:

Комплектование постоянного состава группы осуществляется в свободной форме по желанию воспитанников на основании письменного заявления родителей (законных представителей). Состав группы – постоянный. Количество детей в группе: 10-12 человек.

Возраст детей и срок реализации программы:

Курс программы рассчитан на 1 год.

Занятия проводятся в подготовительной группе - 1 раз в неделю по 20-30 минут.

График учебного времени

возраст	Количество часов в неделю	количество часов в год
5-7 лет (занятие 20-30 мин)	**1 часа**	**36**

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса:

Программа реализуется в условиях дошкольного образовательного учреждения. Содержание и условия реализации образовательной программы соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям воспитанников.

Цель программы - укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости организма; создание условий для формирования у детей дошкольного возраста потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Задачи программы:

Укрепление здоровья:

- развивать и укреплять костно-мышечную систему организма дошкольника;
- формировать правильную осанку, стопу;
- стимулировать работу сердечно-сосудистой, дыхательной систем организма;
- приобщать к здоровому образу жизни.

Развитие двигательных качеств и умений:

- развивать точность и координацию движений;
- развивать гибкость, пластичность;
- воспитывать выносливость;
- развивать умение ориентироваться в пространстве; - обогащать двигательный опыт ребенка.

Развитие музыкальности:

- развивать способность слушать и чувствовать музыку;
- развивать чувство ритма;
- развивать музыкальную память.

Развитие психических процессов:

- развивать восприятие, внимание, волю, память, мышление; - тренировать подвижность и гибкость нервных процессов.

Воспитание нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитывать активность, инициативность, самостоятельность, настойчивость;
- воспитывать способность к сопереживанию, взаимопомощи, взаимоподдержке.