

АННОТАЦИЯ

к Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Танцы на мячах» для детей 3-4 лет

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы на мячах» для детей 3-4 лет разработана на основе программы «Танцы на мячах», разработанной на кафедре гимнастики РГПУ им. А.И. Герцена Е.Г. Сайкиной, С.В. Кузьминой (2006г). Программа определяет содержание и организацию дополнительной образовательной деятельности на уровне дошкольного образования. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы на мячах» для детей 3-4 лет (далее Программа) предназначена для использования в дошкольных образовательных учреждениях в качестве дополнительного образования детей дошкольного возраста и рассчитана на 8 месяцев обучения.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Упражнения на мячах уникальны по своему воздействию на организм занимающегося. Они обладают огромным оздоровительным эффектом. Одной из важных оздоровительных задач, которую решают упражнения на фитболах, является влияние их на опорно-двигательный аппарат, как с профилактической, так и с лечебной целью.

По своим свойствам мяч многофункционален и в комплексах упражнений программного материала может использоваться как предмет, тренажер, опора и т.д. Благодаря этому на занятиях фитбол-аэробикой можно комплексно решать несколько задач.

Фитбол-аэробика, как и другие оздоровительные направления аэробики, имеет в своём арсенале такие важные средства воздействия на организм и психику занимающихся, как музыка и танец. Сочетание грамотного музыкального сопровождения, танцевальных движений и эффект механической вибрации — вот тот оздоровительный конгломерат, который вместе дают занятия фитбол-аэробикой.

В Программе выделены оздоровительные, образовательные, развивающие и воспитательные задачи. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной деятельности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно-волевых качеств.

Программа рассчитана на достижение ребенком 3-4 лет следующих результатов:

- Ребенок знает назначение спортивного зала и правила поведения в нем.
- Знает свойства и функции мяча, а также правила безопасности на занятиях по фитбол-аэробике
- Ребенок знает основы личной гигиены и основы здорового образа жизни.
- Может выполнять комплексы упражнений программы своего года обучения.
- Имеет двигательный «запас» общеразвивающих и танцевальных упражнений.
- Умеет выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, согласно программе своего года обучения.
- Умеет выполнять упражнения на развитие физических качеств.
- Демонстрирует уровень физической подготовленности соответственно возрастным нормам физического развития.

АННОТАЦИЯ

к Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Танцы на мячах» для детей 4-5 лет

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы на мячах» для детей 4-5 лет разработана на основе программы «Танцы на мячах», разработанной на кафедре гимнастики РГПУ им. А.И. Герцена Е.Г. Сайкиной, С.В. Кузьминой (2006г). Программа определяет содержание и организацию дополнительной образовательной деятельности на уровне дошкольного образования. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы на мячах» для детей 4-5 лет (далее Программа) предназначена для использования в дошкольных образовательных учреждениях в качестве дополнительного образования детей дошкольного возраста и рассчитана на 8 месяцев обучения.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Упражнения на мячах уникальны по своему воздействию на организм занимающегося. Они обладают огромным оздоровительным эффектом. Одной из важных оздоровительных задач, которую решают упражнения на фитболах, является влияние их на опорно-двигательный аппарат, как с профилактической, так и с лечебной целью.

По своим свойствам мяч многофункционален и в комплексах упражнений программного материала может использоваться как предмет, тренажер, опора и т.д. Благодаря этому на занятиях фитбол-аэробикой можно комплексно решать несколько задач.

Фитбол-аэробика, как и другие оздоровительные направления аэробики, имеет в своём арсенале такие важные средства воздействия на организм и психику занимающихся, как музыка и танец. Сочетание грамотного музыкального сопровождения, танцевальных движений и эффект механической вибрации — вот тот оздоровительный конгломерат, который вместе дают занятия фитбол-аэробикой.

В Программе выделены оздоровительные, образовательные, развивающие и воспитательные задачи. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной деятельности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно-волевых качеств.

Программа рассчитана на достижение ребенком 4-5 лет следующих результатов:

- Ребенок знает назначение спортивного зала и правила поведения в нем.
- Знает свойства и функции мяча, правила безопасности на занятиях по фитбол-аэробике, владеет приемами самостраховки.
- Знает основы личной гигиены, понятие осанки, профилактика нарушений осанки и плоскостопия. Знает основы здорового образа жизни.
- Умеет выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки и профилактике плоскостопия
- Имеет двигательный «запас» общеразвивающих и танцевальных упражнений.
- Может выполнять комплексы упражнений программы своего года обучения
- Умеет ритмично двигаться в различном музыкальном темпе.

- Ребенок умеет выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, согласно программе своего года обучения.
- Умеет выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки и профилактики плоскостопия.
- Умеет выполнять ритмические танцы и творческие задания.
- Владеет техникой базовых шагов, согласно программе своего года обучения
- Выполняет упражнения на развитие физических качеств.
- Демонстрирует уровень физической подготовленности соответственно возрастным нормам физического развития.

АННОТАЦИЯ

к Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Танцы на мячах» для детей 5-6 лет

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы на мячах» для детей 5-6 лет разработана на основе программы «Танцы на мячах», разработанной на кафедре гимнастики РГПУ им. А.И. Герцена Е.Г. Сайкиной, С.В. Кузьминой (2006г). Программа определяет содержание и организацию дополнительной образовательной деятельности на уровне дошкольного образования. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы на мячах» для детей 5-6 лет (далее Программа) предназначена для использования в дошкольных образовательных учреждениях в качестве дополнительного образования детей дошкольного возраста и рассчитана на 8 месяцев обучения.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Упражнения на мячах уникальны по своему воздействию на организм занимающегося. Они обладают огромным оздоровительным эффектом. Одной из важных оздоровительных задач, которую решают упражнения на фитболах, является влияние их на опорно-двигательный аппарат, как с профилактической, так и с лечебной целью.

По своим свойствам мяч многофункционален и в комплексах упражнений программного материала может использоваться как предмет, тренажер, опора и т.д. Благодаря этому на занятиях фитбол-аэробикой можно комплексно решать несколько задач.

Фитбол-аэробика, как и другие оздоровительные направления аэробики, имеет в своём арсенале такие важные средства воздействия на организм и психику занимающихся, как музыка и танец. Сочетание грамотного музыкального сопровождения, танцевальных движений и эффект механической вибрации — вот тот оздоровительный конгломерат, который вместе дают занятия фитбол-аэробикой.

В Программе выделены оздоровительные, образовательные, развивающие и воспитательные задачи. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной деятельности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно-волевых качеств.

Программа рассчитана на достижение ребенком 5-6 лет следующих результатов:

- Ребенок знает назначение спортивного зала и правила поведения в нем.
- Знает свойства и функции мяча, правила безопасности на занятиях по фитбол-аэробике, владеет приемами самостраховки.
- Знает основы личной гигиены, понятие осанки, профилактика нарушений осанки и плоскостопия. Знает основы здорового образа жизни и влияние фитбол-аэробикой на организм.
- Имеет двигательный «запас» общеразвивающих и танцевальных упражнений.
- Может выполнять комплексы упражнений программы своего года обучения
- Умеет ритмично двигаться в различном музыкальном темпе.
- Ребенок умеет выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, согласно программе своего года обучения.

- Умеет выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки и профилактики плоскостопия.
- Умеет выполнять ритмические танцы и творческие задания.
- Владеет техникой базовых шагов, согласно программе своего года обучения
- Выполняет упражнения на развитие физических качеств.
- Демонстрирует уровень физической подготовленности соответственно возрастным нормам физического развития.

АННОТАЦИЯ

к Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Танцы на мячах» для детей 6-7 лет

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы на мячах» для детей 6-7 лет разработана на основе программы «Танцы на мячах», разработанной на кафедре гимнастики РГПУ им. А.И. Герцена Е.Г. Сайкиной, С.В. Кузьминой (2006г). Программа определяет содержание и организацию дополнительной образовательной деятельности на уровне дошкольного образования. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы на мячах» для детей 6-7 лет (далее Программа) предназначена для использования в дошкольных образовательных учреждениях в качестве дополнительного образования детей дошкольного возраста и рассчитана на 8 месяцев обучения.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Упражнения на мячах уникальны по своему воздействию на организм занимающегося. Они обладают огромным оздоровительным эффектом. Одной из важных оздоровительных задач, которую решают упражнения на фитболах, является влияние их на опорно-двигательный аппарат, как с профилактической, так и с лечебной целью.

По своим свойствам мяч многофункционален и в комплексах упражнений программного материала может использоваться как предмет, тренажер, опора и т.д. Благодаря этому на занятиях фитбол-аэробикой можно комплексно решать несколько задач.

Фитбол-аэробика, как и другие оздоровительные направления аэробики, имеет в своём арсенале такие важные средства воздействия на организм и психику занимающихся, как музыка и танец. Сочетание грамотного музыкального сопровождения, танцевальных движений и эффект механической вибрации — вот тот оздоровительный конгломерат, который вместе дают занятия фитбол-аэробикой.

В Программе выделены оздоровительные, образовательные, развивающие и воспитательные задачи. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной деятельности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно-волевых качеств.

Программа рассчитана на достижение ребенком 6-7 лет следующих результатов:

- Ребенок знает назначение спортивного зала и правила поведения в нем.
- Знает свойства и функции мяча, правила безопасности на занятиях по фитбол-аэробике, владеет приемами самостраховки.
- Знает основы личной гигиены, понятие осанки, профилактика нарушений осанки и плоскостопия. Знает основы здорового образа жизни и влияние фитбол-аэробикой на организм.
- Знает направленность различных упражнений для развития двигательных способностей
- Имеет двигательный «запас» общеразвивающих и танцевальных упражнений. Знает направленность различных упражнений для развития двигательных способностей
- Может выполнять комплексы упражнений программы своего года обучения
- Умеет ритмично двигаться в различном музыкальном темпе.

- Ребенок умеет выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, согласно программе своего года обучения.
- Умеет выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки и профилактики плоскостопия.
- Умеет выполнять ритмические танцы и творческие задания.
- Владеет техникой базовых шагов, согласно программе своего года обучения
- Выполняет упражнения на развитие физических качеств.
- Демонстрирует уровень физической подготовленности соответственно возрастным нормам физического развития.