

Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Фитнес mix»

Разработчик: Педагоги дополнительного образования Алексеева И.Г., Чадова О.А.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Фитнес – mix» Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №48 Пушкинского района Санкт-Петербурга - является нормативно-управленческим документом характеризующим организацию и содержание дополнительного образования в учреждении.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волшебная кисточка» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 17 февраля 2023 года) (далее – Федеральный закон);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (от 31 марта 2022 года № 678-р) (далее – Концепция);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок).
- «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» // Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н. Вступил в силу 01.09.2022
- План работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022-2024 годы), в Санкт-Петербурге // Утвержден вице-губернатором Санкт-Петербурга И.П. Потехиной
- Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга // Распоряжение Комитета по образованию от 25.08.2022 № 1676-р
- Об утверждении Правил проведения независимой оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, планируемых к реализации в рамках персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Санкт-Петербурге // Распоряжение Комитета по образованию от 05.09.2022 № 1779-р
- Постановление Главного государственного врача №28 от 28.09.2020г «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Программа, направлена на развитие у детей координации и ловкости движений, гибкости и пластичности, чувства ритма, внимания и быстроты реакции, повышает способность ориентироваться в пространстве,

укрепляет осанку и мышцы ребенка, помогает приобрести отличную физическую форму и приобщает к здоровому образу жизни. Программа «Фитнес – mix» строится на сочетании различных видов аэробики (классической, на степ-платформах). Программа «Фитнес-mix» - это комплексы упражнений направленные на укрепление опорно-двигательного аппарата содействующие оздоровлению различных функций и систем организма.

При составлении программы была использована литература:

1. Алямовская В.Г. Современные подходы и оздоровление детей в дошкольном образовательном учреждении //Дошкольное образование-2004.-№3-19 с.
2. Белова Т.А. Использование степ - платформы в оздоровительной работе с детьми. / Справочник старшего воспитателя - № 7, 2009;
3. Долгорукова О. «Фитнес-аэробика» // Обруч 2005
4. Дошкольное воспитание. - 1976. - N 9. - С. 51 - 53.
5. Константинова А.А. «Игровой стретчинг» - СПб, Учебно-методический центр «Аллерго», 1993г
6. Кузина И. Степ-аэробика для дошкольников // Дошкольное образование, 2008г.
7. Кузина И. «Степ-аэробика не просто мода» // Обруч 2005г.
8. Машукова Ю.М. Степ-гимнастика в детском саду /научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 4. 2009г.
9. Пензулаева Л.П. «Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет» комплексы оздоровительной гимнастики, МОЗАИКА-СИНТЕЗ; М.; 2011
10. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-7 лет. – М., 2012г
11. Сергиенко Н.Н. «Школа здорового человека» программа для ДОУ// Москва 2006г.
12. Сулим Е.В.«Занятия по физкультуре в детском саду. Игровой стретчинг» – М,Творческий центр, 2010г
13. «Степ-данс» - шаг навстречу здоровью // Дошкольная педагогика №1/01/11
14. Степ-аэробика / журнал «Здоровье – спорт» №2. 2010.

Цель программы обучения отражает современные тенденции развития дополнительного образования - формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся, содействие физическому развитию дошкольника средствами аэробики с использованием степа.

Достижение данной цели раскрывается через *решение следующих задач:*

- формировать у детей начальные представления о здоровом образе жизни;
- формировать навыки правильной осанки, развивать мышечную систему через упражнения на степ-платформах;
- формировать умения ритмически согласованно выполнять простые движения под музыку;
- развивать физические качества детей (быстроту, силу, выносливость, ловкость);
- развивать координацию движений, чувство ритма;
- развивать психические качества: внимание, память, умственные способности;
- создавать условия для положительного психоэмоционального состояния детей;
- воспитывать эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности.

Условия реализации программы:

Срок реализации программы 1 год. Возраст учащихся: 5-7 лет.

Списочный состав формируется по возрасту и по норме наполняемости, но не менее 15 человек.

Количество часов на изучение: 72 учебных часа год, 2 раза в неделю по 25-30 минут.

Программа включает следующие разделы:

- 1) Пояснительная записка;
- 2) Учебный план
- 3) Календарный учебный график
- 4) Рабочая программа
- 5) Календарно-тематическое планирование
- 6) Содержание обучения
- 7) Оценочные и методические материалы