

**Описание
дополнительной общеобразовательной программы «Медвежонок»
для детей 5-6 лет**

Направленность программы – физкультурно - спортивная.

Программа направлена на обучение детей дошкольного возраста элементам гимнастики, акробатики, стретчинга. Благодаря занятиям этими видами спорта у детей укрепляются основные физиологические системы организма (нервная, сердечно – сосудистая, дыхательная, опорно - двигательная), обогащается двигательный опыт, развиваются физические качества (быстрота, сила, ловкость, выносливость, координация движений), ориентировка в пространстве, формируются уверенность в своих силах, дисциплинированность и самостоятельность, дружеские взаимоотношения, чувство команды.

Программа способствует приобщению детей к видам спорта с дошкольного детства; плавному переходу к школьному этапу образования; реализации желания детей проявить себя в движении; откликается на желание родителей видеть своего ребенка физически развитым, здоровым, активным.

Отличительные особенности программы.

Дополнительная образовательная программа кружок гимнастики «Медвежонок» в обеспечивает разностороннее развитие детей, позволяет учитывать индивидуально-личностные особенности ребенка, его развития и выстраивать образовательный процесс с полным учетом этих особенностей. Занятия по гимнастике, формируются из различных программных сборников, которые перечислены в списке литературы. Программа представляет собой систему, позволяющую научить ребенка свободно владеть разными упражнениями и элементами.

Цель и задачи программы.

Цель программы: Обогащение двигательного опыта детей младшего дошкольного возраста, освоение детьми техники выполнения гимнастических упражнений и осознанное отношение к своему здоровью. Познакомить детей с особенностями и правилами выполнения гимнастических упражнений.

Задачи программы:

Обучающие:

- Запоминает названия упражнений и выполнять их.
- Стремиться держать правильную осанку во время выполнения упражнений.

- Уметь выполнять упражнения с разными предметами.
- Уметь выполнять упражнения на гибкость и растяжку.
- Формировать специальные компетенции в области спортивной акробатики и ЗОЖ.

Воспитывающие:

- ✓ Формировать интерес к гимнастическим упражнениям.
- ✓ Воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность, творчество, фантазию.
- ✓ Воспитывать доброжелательное отношения к сверстниками в совместной двигательной деятельности.

Развивающие:

- ✓ Содействовать развитию пространственных ориентировок в статике и динамике.
- ✓ Формировать эстетические качества (музыкальности, выразительности).
- ✓ Развивать морально-волевые качества: смелость, решительность, уверенность в своих силах, самостоятельность, активность, целеустремленность.

Оздоровительные:

- ✓ Способствовать улучшению работоспособности детского организма.
- ✓ Формирование правильной осанки и навыков координации движений.

Воспитательные:

- ✓ формирование познавательного интереса и желание заниматься спортом;
- ✓ формирование общечеловеческих ценностей, воспитание волевых и нравственно – этических качеств;
- ✓ воспитание сознательной дисциплины, воли;
- ✓ воспитание доброжелательного отношения к сверстниками в совместной двигательной деятельности;
- ✓ побуждать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата, стремления к качественному выполнению движений