

Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе “Фитбол. Танцы на мячах”

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа “Фитбол. Танцы на мячах” адресована детям 6 – 7 летнего возраста и составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, а также Федерального закона “Об образовании в Российской Федерации”.

2. Используемая литература:

1. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: учебное пособие для студентов физ. культ. / Под ред. Е.Б. Мякинченко и М.П. Шестакова. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 304 с.

2. Бурбо Л. Фитбол за 10 мин в день. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. – 160 с.

3. Евдокимова Е.А. Фитбол – гимнастика в оздоровлении организма. – СПб., 2000.

4. Коджаспиров Ю.Г. Музыкальная оптимизация заключительной части урока.

5. Колесникова С.В. Детская аэробика: Методика, базовые комплексы. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. – 157с.

6. Кузьмина С.В. Динамика развития двигательных способностей дошкольников, занимающихся фитбол-аэробикой по программе «Танцы на мячах» // Фитнес: становление, тенденции и перспективы развития в России: Сборник материалов научно-практической конференции, посвящённой 210-летию РПГУ им. А.И. Герцена. – 2006. – С.180–185.

7. Потапчук А.А., Овчинникова Т.С. Двигательный игротренинг для дошкольников. – СПб.: Речь, 2002. – 476с.

8. Потапчук А.А. Средства лечебной физкультуры в управлении физическим состоянием дошкольников с нарушениями опорно-двигательного аппарата: автореф. дисс. д-ра мед. наук. – СПб., 2005. – 36 с.

9. Сайкина Е.Г. Фитбол-аэробика и классификация её упражнений // Теория и практика физической культуры. – 2004. 07. – с.43-46.

10. Сайкина Е.Г., Кузьмина С.В. «Танцы на мячах». Оздоровительно-развивающая программа по фитбол-аэробике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб.: Изд-во РПГУ им. А.И. Герцена, 2006. – 31 с.

11. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «ФИТНЕССДАНС»: учеб.-метод. пособ. для студ-ов физкульт. и пед. ун-тов и спец-ов по физ. культ. в дошк. и шк. учр. – СПб.: Утро, 2005. – 276 с.

12. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Танцевально-игровая гимнастика СА-ФИ-Дансе» для детей: учеб.-метод. пособ. для пед-ов дошк. и шк. учр. – СПб.: Детство-пресс, 2006. – 352 с. 13. Пустовалова А.Г. Фитбол-гимнастика-средство развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста. – «Инструктор по физической культуре» Научнопрактический журнал. – №7.2012г. – 24с.

14. Потапчук А.А. Лечебные игры и упражнения для детей. – СПб.: Речь, 2007. – 99с.

15. Потапчук А.А. Как сформировать правильную осанку у ребёнка. – СПб.: Речь, 2009. – 88с.

1. Целью программы является содействие всестороннему гармоническому развитию личности ребёнка, укреплению здоровья, развитию двигательных способностей, профилактике и коррекции различных заболеваний и приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

Оздоровительные задачи.

1. Содействовать оптимизации роста и развитию опорно-двигательного аппарата.

2. Гармонично развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, быстроту.

3. Содействовать развитию координационных способностей, функции равновесия, вестибулярной устойчивости.

4. Формировать и закреплять навык правильной осанки.

5. Содействовать профилактике плоскостопия.

6. Способствовать укреплению мышц пальцев, кисти и развивать мелкую моторику рук.

7. Содействовать развитию и функциональному совершенствованию сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем организма.

8. Способствовать повышению физической работоспособности занимающихся.

9. Способствовать профилактике различных заболеваний, психомоторного, речевого, эмоционального и общего психического состояния занимающихся.

Образовательные задачи.

1. Вооружить занимающихся знаниями о влиянии занятий фитбол-аэробикой на организм, понятии здорового образа жизни, правилах техники безопасности на занятиях фитбол-аэробикой, профилактике травматизма.

2. Формировать знания, умения и навыки, необходимые в разнообразных условиях жизни, обогащать двигательный опыт.

3. Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умение согласовывать движения с музыкой.

4. Прививать навыки личной и общественной гигиены (самообслуживание, соблюдение чистоты).

5. Формировать двигательные навыки и развивать физические способности.

Воспитательные задачи.

1. Воспитывать умение эмоционального самовыражения, раскрепощённости и творчества в движениях.

2. Формировать навыки выразительности, пластичности танцевальных движений.

3. Развивать инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи.

4. Способствовать развитию воображения, мышления, познавательной активности.

5. Воспитывать трудолюбие и стремление к достижению поставленной цели.

6. Содействовать формированию коммуникативных умений у детей.

7. Расширять кругозор в области физической культуры, способствовать развитию интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями.

2. Цель изучения программы: развитие у детей чувства прекрасного, творческих способностей, самопознание и познание окружающего мира, расширение форм и способов самовыражения, творческой активности, способности к сопереживанию, сочувствию, коммуникативных способностей и взаимопомощи в групповых формах деятельности.

Основные задачи по данной программе:

1. Развивать сенсорные основы изобразительной деятельности;

2. Развивать эстетическое восприятие, формировать эстетические представления и воображение, развивать у детей эстетические чувства формы, цвета, ритма, композиции.

3. Формирование способности выражать свое эмоциональное состояние и воплощать образы в художественно-продуктивной деятельности с помощью живописных, графических средств, аппликационных и пластических материалов.

4. Воспитывать интерес к изобразительной деятельности (рисованию, лепке, аппликации).

5. Развивать способность детей использовать в рисовании разнообразные материалы и техники (цветные карандаши, гуашь, акварель, цветные восковые мелки, валики и др.), разные способы создания изображения, соединения в одном рисунке разных материалов с целью получения выразительного образа.

6. Воспитывать у детей умение работать индивидуально и создавать коллективные композиции, соотносить свои желания и интересы с желаниями и интересами других 7

детей, воспитывать стремление договариваться друг с другом, радоваться общему результату деятельности.

7. Постижение специфики законов, по которым строится произведение искусства;

8. Реализация ребенком своих ощущений, чувств и образов в материале по законам искусства;

9. Развитие умения осознавать свои внутренние переживания, навыков самоанализа, способности экспериментировать.

4. Количество часов: всего – 1 ч в неделю;

Всего: 34 ч.

5. Рабочая программа включает следующие компоненты:

1. Пояснительная записка

2. Учебный план

3. Календарный учебный график

4. Рабочая программа

5. Оценочные и методические материалы

6. Список литературы.

6. Составитель: Орлова К.А. педагог дополнительного образования