

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 132 комбинированного вида» Кировского района г. Казани**

СОГЛАСОВАНА
Педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад № 132»
(протокол от 27.08.2020 № 1)



Образовательная программа дополнительного образования

«Фитнес Baby» (детский фитнес)

Казань - 2020

I. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

| | |
|-------------------------------------|--|
| Наименование программы | Программа по дополнительной образовательной услуге для детей дошкольного возраста с 3 до 7 лет. |
| Основание для разработки программы | -Конституция Российской Федерации; -Закон «Об образовании» от 29.12.2012г. №273; -Конвенция ООН о правах ребенка; -Федеральный закон РФ «Об образовании» ст.26 п.1 «Обеспечение прав воспитанников на получение дополнительного образования»; -СанПиН 2.4.1.3049-13; -Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 160 с. (Растим детей здоровыми) - Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224 с. (Растим детей здоровыми) |
| Заказчик программы | Родители (законные представители) воспитанников |
| Организация – исполнитель программы | Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №132 комбинированного вида» Кировского района г. Казани |
| Целевая группа | Дети младшего, среднего, старшего дошкольного возраста |
| Срок реализации программы | 2020 – 2021 учебный год |
| Составитель программы | Соколова Елена Геннадьевна, воспитатель |
| Цель программы | Укрепление здоровья и повышение двигательной активности дошкольников через занятия детским фитнесом |
| Задачи программы | 1. Совершенствовать физические способности всех двигательных качеств с помощью различных видов аэробики и фитбол-гимнастики. 2. Формирование навыка пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений с помощью бэби-дэнс и стрейчинга. 3. Способствование благотворного влияния музыки на психосоматическую сферу ребенка. 4. Знакомить детей различными видами спорта через занятия фитнесом. |
| Ожидаемые результаты | <i>Предполагаемые результаты к концу года (3-4 года)</i> <ul style="list-style-type: none"> • Умеют согласовывать движения и дыхание при выполнении упражнений игрового стрейчинга • Умеют управлять своим телом, а так же правильно дышать (носом) • Освоили составные элементы движений. <i>Предполагаемые результаты к концу года (4-5 лет)</i> <ul style="list-style-type: none"> • Владеют новыми комбинациями движений. • Принимают правильное исходное положение при выполнении прыжков. • Соблюдают красоту и грациозность при выполнении упражнений под музыку. <i>Предполагаемые результаты к концу года (5-6 лет)</i> <ul style="list-style-type: none"> • Владеют обручем и всеми его способами. • Движения выполняют ритмично и выразительно. • Умеют сохранять равновесие на фитболах. <i>Предполагаемые результаты к концу года (6-7 лет)</i> <ul style="list-style-type: none"> • Соблюдают четкую координацию и согласованность движений рук и ног при ловле мяча. • Сохраняют равновесие с использованием разного оборудования и разных способов выполнения упражнения. |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• Развита сила основных мышечных групп. |
| Координация и контроль, реализации программы | Осуществляется руководителем ДОУ и родителями – заказчиками. Формы предоставления результатов деятельности: Организация открытых занятий Итоговое занятие |