

Аннотация
дополнительной общеобразовательной программы
«Веселые ступеньки» (дети 5-6 года жизни)

Актуальность программы обусловлена доступностью её освоения.

Педагогическая целесообразность заключается в систематизации знаний, умений и навыков, в расширение индивидуальных двигательных возможностей обучающихся.

Новизна программы заключается в возможности интеграции классических, народных и современных танцевальных методик в вид спорта фитнес-степ-аэробика.

Цель программы: изучение вида спорта «Степ-аэробика», совершенствование техники вида спорта.

Задачи программы:

Образовательные:

- изучать и совершенствовать технику вида спорта фитнес-степаэробика;
- осваивать теоретические знания по виду спорта фитнес-степ-аэробика.

Развивающие:

- развивать умение ритмически согласованно выполнять простые движения под музыку на степ-платформе.

Воспитательные:

- воспитывать культуру спортивного поведения;
- формировать потребность к взаимному уважению, ответственности;
- формировать уверенность в себе и своих силах;
- воспитывать эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям степ-аэробики и самостоятельной двигательной деятельности.

Ожидаемые результаты программы по степ-аэробике:

- удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся на занятиях степ-аэробикой;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития.

По содержательной, тематической направленности она является физкультурно-спортивной, по функциональному предназначению – общеразвивающей.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей детей 5-6 лет.