

## **Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «Спортивно- оздоровительная гимнастика»**

Дополнительная общеразвивающая программа по спортивно- оздоровительной гимнастике для обучающихся спортивно-оздоровительных групп разработана «Образовательная программа для УДО по гимнастике для учащихся спортивно-оздоровительных групп (СОГ) 4-7 лет».

Настоящая программа создана с учетом всех современных требований к программам физического воспитания детей и подростков и составлена на основании нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность спортивных школ и в контексте новых Федеральных Государственных Требований.

При разработке были учтены "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений» СанПиН 2.4.4.3172-14, возрастные физиологические особенности детского организма, личный опыт работы тренеров-преподавателей с детьми данного возраста.

Дополнительная общеразвивающая программа по спортивно- оздоровительной гимнастике составлена в соответствии :

- с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказом об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта от 27 декабря 2013 г. № 1125;
- приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- методические рекомендации к Приказу Министерства спорта Российской Федерации от 15.11.18 г. № 939 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам».

### ***НАПРАВЛЕННОСТЬ***

Программа по спортивно-оздоровительной гимнастике для обучающихся спортивно-оздоровительных групп направлена на получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры.

Программа разработана для обучающихся 4-7 лет, как имеющих так и не имеющих специальных спортивных навыков, проявляющих интерес к занятиям физической культурой и спортом, имеющих медицинский допуск.

Программа может быть использована при работе со следующими категориями учащихся:

- дети с особыми образовательными потребностями (одаренные обучающиеся);

- программа может служить основой для разработки индивидуального учебного плана или индивидуального образовательного маршрута;
- программа может использоваться при сетевой форме реализации программы;
- программа может быть использована для обучения детей с разным уровнем начальной подготовки;

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, сдачу контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

### ***УРОВЕНЬ***

Уровень образовательной программы- базовый.

### ***ЦЕЛЬ***

Создание условий для развития физических качеств и способностей обучающихся в двигательной деятельности и удовлетворения их потребностей через систему спортивно-оздоровительной работы.

### ***ЗАДАЧИ***

#### ***Обучающие:***

- обучение и овладение двигательными умениями и навыками;
- изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью.

#### ***Развивающие:***

- развитие равновесия и координационных способностей.
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;

#### ***Воспитательные:***

- воспитание интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- прививать жизненно важные гигиенические навыки;

#### ***Оздоровительные***

- снимать физическую и умственную усталость;
- формирование правильной осанки и укрепление всех групп мышц, укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой системы.

Срок реализации 3 года.

Занятия с обучающимися проводятся в течение учебного года продолжительностью 46 недель (136 часов). Период занятий с 1 сентября по 31 августа.

Недельная нагрузка для детей составляет 3 часа. Продолжительность учебного занятия 30 минут.

Минимальный возраст детей для зачисления на обучение 4 года.

Количество обучающихся в группах на спортивно-оздоровительном этапе не должно превышать 20 человек.

Набор обучающихся осуществляется ежегодно.