

## АННОТОЦИЯ

### дополнительной образовательной программы «Веселые ступеньки» по степ - аэробике для старших дошкольников

Природа наделила детей врожденным стремлением к движению. В процессе обучения дошкольников физической культуре в дошкольном образовательном учреждении происходит повышение функциональных возможностей детского организма, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные навыки.

Данная дополнительная образовательная программа Муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида №58» является нормативно-правовым документом, которая характеризует систему организации образовательной деятельности инструктора по физическому воспитанию, разработанная в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами дошкольного образования (17.10.2013г.), а также с учетом СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей".

Программа показывает как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей старшего дошкольного возраста инструктор создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с требованиями *федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования*.

Новизна данной программы заключается в том, что наряду с традиционными формами упражнений, проводятся нетрадиционные формы. Одной из них является степ-аэробика, которую мы начали использовать в работе с детьми с 2014 учебного года.

У детей, занимающихся оздоровительной аэробикой повышаются адаптивные возможности организма благодаря регулярной направленной двигательной активности, положительным эмоциям (музыкальное сопровождение, стимул научиться танцевать, сформировать красивую фигуру, быть здоровым и бодрым).

А также это дополнение содержания основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

**Педагогическая** целесообразность дополнительной образовательной программы объясняется тем, что предлагаемые игры и упражнения оптимизируют процесс формирования правильной осанки и укрепление сводов стопы, развитие двигательных способностей, достижение определенного уровня морфофункциональной зрелости, физической работоспособности, что, в свою очередь, оказывает влияние на формирование предпосылок к учебной деятельности детей старшего дошкольного возраста.

**Цель программы:** *повышение уровня физической подготовленности и приобщение к здоровому образу жизни детей старшего дошкольного возраста.*

Целенаправленная работа с использованием степ-платформ позволит достичь следующих *результатов*:

- рост показателей уровня физической подготовленности воспитанников;
- сформированность навыков правильной осанки;
- сформированность правильного речевого дыхания;
- развитость двигательных способностей детей и физических качеств (быстроту, силу, гибкость, подвижность в суставах, ловкость, координацию движений и функцию равновесия для тренировки вестибулярного аппарата ребенка).

- сформированность умений ритмически согласованно выполнять степ-шаги под музыку;

- выработке четких координированных движений во взаимосвязи с речью;

- сформированности эмоционально-положительного отношения и устойчивого интереса к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности.

- воспитанию чувства уверенности в себе.

Программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста - от 5 до 7 лет. Срок реализации – 1 год.

Программа может быть использована также воспитателями групп общеразвивающей направленности.

Заместитель заведующего



Дурнева А.В.