

Аннотация к дополнительной общеразвивающей образовательной программе «Спортландия»

Актуальность: Программа «Спортландия» актуальна на сегодняшний день, так как отвечает потребностям современных детей и их родителей. Это показывает анализ педагогического опыта, детского и родительского спроса на дополнительные образовательные услуги.

Уровень освоения программы: общекультурный.

Объем и срок освоения: 28 часов (1 академический час - 30 минут), 28 дней.

Цель: всестороннее развитие личности обучающегося посредством формирования культуры здорового образа жизни и укрепления здоровья с помощью фитбол-гимнастики, степ-аэробики, использования тренажеров, батута и сухого бассейна.

Задачи:

Обучающие:

- обучать правилам выполнения гимнастических упражнений.
- обучать правильному использованию спортивного оборудования.

Развивающие:

- способствовать формированию правильной осанки и содействовать профилактике плоскостопия.
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, проприоцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности.
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умению согласовывать движения с музыкой.
- формировать навыки самостоятельного выполнения движений.

Воспитательные:

- воспитывать умение эмоционального выражения, раскрепощенности;
- развивать инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Планируемые результаты

Предметные

Обучающиеся

- овладеют правилами выполнения гимнастических упражнений.
- овладеют правилами использования спортивного оборудования.

Метапредметные:

Обучающиеся

- сформируют правильную осанку и проведут профилактику плоскостопия.
- разовьют и совершенствуют органы дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.
- разовьют мышечную силу, гибкость, выносливость, проприоцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности.
- разовьют чувство ритма, музыкальный слух, память, внимание, умение согласовывать движения с музыкой.
- сформируют навыки самостоятельного выполнения движений.

Личностные:

Обучающиеся

- воспитают умение эмоционального выражения, раскрепощенности;
- разовьют инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.