

**Описание и аннотация к
Дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной
направленности «Художественная гимнастика для детей до 6 лет»**

«Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Художественная гимнастика для детей до 6 лет» разработана на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 14.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказа Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Приказа Министерства спорта РФ от 27 декабря 2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

«Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Художественная гимнастика для детей до 6 лет» разработана для удовлетворения разных потребностей родителей и их детей.

Данная программа является дополнительной образовательной программой физкультурно-спортивной направленности. Программа направлена на решение задач физического развития ребёнка и совершенствование его двигательных качеств и способностей, таких как сила, ловкость, быстрота, координация движений. Занятия по данной программе дают возможность освоить гимнастические и акробатические элементы под руководством опытного тренера в условиях спортивного зала.

Потребность детей в активных движениях полностью удовлетворяются на занятиях по данной программе и помогают сформировать физически развитого и полноценного человека.

Цель программы: развитие общих физических качеств, укрепление здоровья, воспитание потребности к активному и здоровому образу жизни.

Задачи программы:

- привлечение максимально возможного количества детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- организация содержательного досуга, воспитание физических, морально – этических и волевых качеств.
- укрепление всех функций и систем организма.
- подготовка к обучению по Дополнительной предпрофессиональной программе в области физической культуры и спорта по художественной гимнастике.

Программа разработана для обучающихся 4 – 6 лет, период освоения программы составляет 1 год. Продолжительность одного занятия – 30 минут. Количество академических часов в неделю - 4 академических часа.

При приеме детей на обучение по «Дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Художественная гимнастика для детей до 6 лет» отбор не производится, осуществляется прием всех детей, желающих заниматься по данной программе, не имеющих медицинских противопоказаний.

Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки

Этапный норматив	Спортивно-оздоровительный этап
Количество часов в неделю	4
Количество тренировок в неделю	2
Количество часов в год (38 недель)	144
Общее количество тренировок в год	72

Результаты освоения программы

1. Теоретические знания
 - Правила техники безопасности при художественной гимнастикой.
 - Правила противопожарной безопасности.
 - Спорт и здоровье.
 - Значение музыки в художественной гимнастике.
 - Значение гигиенических мероприятий при занятиях спортом.
 - Анатомические названия частей тела.
 - Значение и основные правила закаливания.
2. Выполнение простых акробатических элементов, равновесий.
3. Исполнение простых хореографических композиций под музыку.