Аннотация

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

«Гимнастика »

педагог дополнительного образования Непомнящая Л.В.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Гимнастика »** физкультурной направленности. Она рассчитана на детей в возрасте 10-15 лет.

Форма обучения – очная.

Срок обучения по программе: 72 часа, 1 год обучения.

Данная программа направлена на развитие оздоровительно-познавательной деятельности обучающихся.

Цель программы: Углубленное обучение детей гимнастике в доступной для них форме

Задачи программы:

- Обучение детей акробатическим упражнениям;
- Совершенствование двигательной деятельности детей и формирование у них правильной осанки;
- Воспитание здоровых, всесторонне развитых, волевых и дисциплинированных школьников;
- Обучение основам техники гимнастических упражнений и формирование необходимых умений и навыков для дальнейшего совершенствования;
- Воспитание интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями;
- Пропаганда физической культуры и спорта.

Ожидаемый результат : К концу реализации программы по гимнастике дети должны иметь навыки:

- Самостоятельно организовывать место занятий;
- Подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях;
- Контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги
- Уметь правильно выполнять акробатические упражнения;
- Запомнить последовательность упражнений в акробатической комбинации;
- Уметь владеть своим телом;
- Уметь легко выполнять упражнения;
- Научиться чувствовать себя уверенно при выполнении упражнений.