Паспорт дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Smart - экстрим»

Название программы	«Smart- экстрим»
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Панюкова Оксана Григорьевна
Год разработки	2021 год
Где, когда, кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Педагогический совет МБУ ДО «Центр «Оберег» Протокол № 1 от 11.01.2021г.
Информация о наличии рецензии	
Цель	**Цель:** развитие основных физических качеств и музыкально-ритмических способностей детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста. Воспитание гармонично развитой личности, ведущей здоровый образ жизни и умеющей сохранять хорошую физическую форму.
Задачи	**Задачи:** ***I .В сфере личностных компетенций:*** • содействовать становлению и развитию потребности в отношении к собственному здоровью и здоровью окружающих как к ценности; развитию функциональных резервов и формированию познавательной, волевой, эмоциональной сторон личности. • совершенствовать чувство темпа, ритма; • воспитывать дружелюбные отношения игрового партнерства, чувство уважения к чужим успехам и способность к взаимопомощи. ***II. В сфере предметных компетенций (Образовательные):*** • формировать и совершенствовать жизненно важные знания, умения, навыки, средствами общей физической подготовки, необходимые как для организованных, так и самостоятельных занятий. • формировать начальные знания, умения и навыки в овладении ритмичности исполнения базовых упражнений и танцевальных элементов. • технику безопасности при выполнении физических упражнений с предметами и без предметов; • технику безопасности при выполнении разминки; • понятия: разминка, основная часть занятия, заключительная часть занятия; • знать технику выполнения физических упражнений детского фитнеса;

	• знать технику выполнения общеразвивающих упражнений; • знать упражнения для развития скоростных качеств, выносливости, силы, ловкости, гибкости; • знать применять правила проведения подвижных игр и игр малой подвижности. ***III. В сфере метапредметных компетенций:*** • воспитывать организованность, аккуратность во внешнем виде и поведении • воспитывать стиль коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности, выражающегося в бодром настроении, хорошем самочувствии, активности • воспитывать дружелюбные отношения игрового партнерства, чувство уважения к чужим успехам и способность к взаимопомощи.
Ожидаемые результаты освоения программы	**Планируемые результаты освоения программы** В ходе освоения содержания программы «Smart-эстрим» предполагается обеспечение условий для достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов. **Личностные** – самодисциплина; навыки здорового и безопасного образа жизни; целеустремленность и воля к победе; воспитание товарищество, партнерство и взаимовыручка; навыки организованности, аккуратности и самодисциплины; навыки бесконфликтного общения и культуры поведения; личностные качества: порядочность, ответственность, толерантность; мотивация к здоровому образу жизни. **Метапредметные** – развитие внимания, быстроты мышления; координации и ориентация в пространстве; психологической устойчивости; двигательной и мышечной памяти; познавательных способностей: восприятие, внимание, память, мышление; мыслительных процессов: анализ, обобщение, оценка, установление, причинно-следственных связей и закономерностей; морально-волевых и физических качеств, общей физической выносливости; **Предметные** – Под контролем педагога технично выполнять движения. Внимательно и своевременно следовать рекомендациям педагога. Ритмично исполнять связки из танцевальных и базовых упражнений фитнеса.
Срок реализации программы	Данная программа рассчитана на 1 год обучения детей 5 – 10лет с разным уровнем физического развития и наличии медицинского допуска к занятиям
Количество часов в неделю, в год	Занятия имеют следующую временную структуру: 1 занятие в день, 3 раза в неделю. Продолжительность занятий 30-45 минут. Программа рассчитана на 36 недель. Общее количество занятий в год – 108 часов.
Возраст обучающихся	5-10 лет
Формы занятий	Форма организации деятельности детей на занятии – групповая. Формы занятий: -занятие - игра; -занятие – соревнование; -занятие - круговая тренировка;

	-занятие - спортивное развлечение; -тренировочное занятие; -занятие – путешествие;
Методическое обеспечение	***<u>Основные формы и методы работы</u>*** -выполнение общеразвивающих упражнений (под музыку); -выполнение танцевальных упражнений(под музыку) -индивидуальная работа с детьми; -работа с родителями; -закаливающие моменты; -корригирующие упражнения; -пальчиковая и дыхательная гимнастика; - гимнастика с элементами ЛФК. **При обучении используются следующе технологии:** технология развивающего обучения; технология индивидуализации обучения; личностно-ориентированная технология; компетентностного и деятельностного подхода, здоровьесберегающие, проблемного обучения. Основными механизмами оценивания прогнозирования результатов является тестирование (входной, промежуточный, итоговый контроль).
Условия реализации программы	Условия реализации образовательной программы 1. Материально-техническое обеспечение: -просторное светлое помещение; -напольное покрытие «резиновая крошка»; -окна и освещение с защитными решетками; -комплект музыкального оборудования для фитнеса; - скамейки гимнастические; -маты гимнастические; -мостик гимнастический подпружиненный; - бревно гимнастическое напольное; -перекладина гимнастическая пристенная; -консоль пристесная для канатов и шестов; -канат для лазанья; -шест для лазанья; -перекладина навесная универсальная; - брусья навесные; - доска наклонная навесная; - тренажер навесной для пресса; - тренажер навесной для спины; -комплекс для групповых занятий (с подвижным стеллажом); - стенка гимнастическая; -ноутбук;