АННОТАЦИЯ

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

«ОСНОВЫ ГИМНАСТИКИ»

|  |  |
| --- | --- |
| Название программы | Дополнительная общеразвивающая программа «Основы гимнастики» |
| Автор-составитель | Бунеева Вера Анатольевна, педагог дополнительного образования  Агапова Татьяна Григорьевна, методист |
| Направленность | Физкультурно-спортивная |
| Срок реализации | 3 года |
| Возраст обучающихся | 5-16 |
| Форма обучения | Очная |
| Режим занятий | Занятия в группах проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа |
| Особенности организации образовательного процесса | Образовательный процесс осуществляется в группах обучающихся одного возраста или разных возрастных категорий. Количество занимающихся в группе 12-15 человек. Дети должны иметь медицинский допуск к занятиям |
| Цель программы | Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни и самосовершенствовании на основе обучения технике гимнастики и акробатики |
| Модули программы | Модуль 1 «Начальный уровень»  Модуль 2 «Базовый уровень»  Модуль 3 «Продвинутый уровень» |
| Планируемые результаты | - формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;  - Формирование широкого круга двигательных умений и навыков;  - освоение основ техники по виду занятий «основы гимнастики»;  - привить интерес к регулярным занятиям гимнастикой, воспитать дисциплинированность, аккуратность, старательнось  - развитие физических качеств: сила, выносливость, быстрота и др. |