

### Аннотация «Степ-аэробика» (для детей 6-7 лет)

Реализуемый уровень образования	Дополнительное образование детей
Форма обучения	очная
Нормативный срок обучения	1 год
Наименование образовательной программы	Дополнительная общеразвивающая программа социально-педагогической направленности «Степ-аэробика» (для детей 6-7 лет)
Описание образовательной программы	<p>В настоящее время проблема оздоровления детей дошкольного возраста занимает центральное место в современном обществе. Именно в этом периоде закладываются основы здоровья, правильного физического развития, формируются двигательные способности, интерес к занятиям любимым делом.</p> <p>Степ-аэробика используется для профилактики заболеваний, которые вызваны гиподинамией, т.е. недостатком движений. Она развивает подвижность в суставах. Формирует свод стопы. Тренирует равновесие и позволяет сжигать большое количество калорий.</p> <p>Степ-платформа является многофункциональным оборудованием, обеспечивающим решение общеразвивающих и профилактических задач.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Укрепление здоровья</li> <li>➤ Развитие двигательных качеств и умений</li> <li>➤ Развитие музыкальности</li> <li>➤ Развитие психических процессов</li> <li>➤ Воспитание нравственно-коммуникативных качеств личности</li> </ul>
Информация об учебном плане	Программа рассчитана на детей в возрасте 6-7 лет (подготовительная группа). Срок реализации: 1 год (с сентября по май).
Информация о календарном учебном графике	Программа предусматривает проведение: 2 занятия в неделю, 8 занятия в месяц, 70 занятий в год. Длительность занятий в подготовительной группе – 30 мин.
Информация о методических и иных документах для обеспечения образовательного процесса	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Машукова Ю.М. Степ-гимнастика в детском саду /научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 4. 2009.</li> <li>2. Степ-аэробика / журнал «Здоровье – спорт» №2. 2010.</li> <li>3. Чудо-платформа / журнал «Обруч» № 6. 2008.</li> <li>4. Статья «Степ-аэробика» Татьяна Лисицкая мастер спорта по художественной гимнастике, к.б.н., профессор РГУФКСиТ, г. Москва</li> </ol>
Численность учащихся по договорам об образовании за счет средств физических и (или) юридических лиц (дополнительная образовательная программа)	Организована групповая образовательная деятельность. Численность группы –15- 20 человек.
Язык, на котором осуществляется образование (обучение)	русский