

## АННОТАЦИЯ

1. Дополнительная общеразвивающая программа для детей дошкольного возраста «**Детская Зумба – Дб**».
2. Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы: 2-ая половина дня.
3. Нормативная основа разработки программы: разработана с учетом требований письма от 11 декабря 2006 г. № 06-1844 Министерства образования и науки Российской Федерации «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» и в соответствии с СанПин 2.4.2. 2821– 10 ст.4.12 и СанПин 2.4.4.1251-03.
4. Количество часов для реализации программы: 68.
5. Дата утверждения: 01.09.2017. Органы и должностные лица (в соответствии с Уставом организации), принимавшие участие в разработке, рассмотрении, принятии, утверждении рабочей программы: координатор Дб Зименко Н.А., педагогический совет Дб, педагог дополнительного образования Лепкова О.В.
6. Цель реализации программы: Формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, стремления к активным занятиям физической культурой, физической красоте, душевной гармонии.
7. Задачи:
  - Обучать двигательным действиям, нацеленным на укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
  - Развивать основные физические качества, координационные ориентационно - пространственные, временные, ритмические способности, гибкости и пластики тела.
  - Обучать приемам релаксации и самодиагностики;
  - Обеспечить формирование правильной осанки, укрепление мышечного корсета средствами оздоровительной аэробики и детской йоги.
  - Воспитывать личность обучающегося с установкой на здоровый образ жизни, способной к сотрудничеству и работе в команде.
8. Используемые учебники и пособия: Платохина Л.И. Хатха-йога для детей: кн. Для учащихся и родителей. - М.: Просвещение, 1993.-160с., Тетерников Л.И. Рациональная йога. - М.: Знание, 1992.- С.94-99, Чопра Д. Идеальное здоровье. - М.: Древо жизни, 1992.- С.371-384, Зубков В.А. Йога для всех и для каждого. Абсолютно доступный опыт самоврачевания индийских йогов. М.:Саттва,1993.-416 с., Шивананда С. Йога и здоровье / Перевод с англ.- М.:ООО Издательство «София», 2007.-368с.
9. По окончании полного курса обучения воспитанники должны:
  - Сформировать интерес к процессу движения под музыку;
  - Развить умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности;
  - Сформировать способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиции;
  - Развить желание использовать разнообразные виды движений под музыку
  - Развить подвижность, гибкость, эластичность связок, мышц, суставов;
  - Сформировать точность и правильность в выполнении упражнений;