Настоящая программа дополнительного образования «Спортивная гимнастика» разработана с учетом обязательного минимума содержания раздела по физическому развитию для ДОУ, с учетом общеобразовательной программы дошкольного образования МБДОУ № 49 г. Невинномысска, на основе программы «Физическое развитие и здоровье детей 3-7лет. Программа «Старт», автор Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина в соответствие с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации;
- Приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Необходимость в создании программы обусловлена спросом со стороны родителей, стремящихся к разностороннему развитию своих детей.

Программа адресована педагогам общеобразовательных дошкольных учреждений, описывает курс по физическому развитию детей через приобщение к занятиям спортивной гимнастикой и элементарной акробатикой, включает в себя учебный план, перспективное планирование, содержание работы, диагностическую методику. Программа «Спортивная гимнастика» рассчитана на детей от 4 до 7 лет.

Цель программы: Формирование физической культуры и личностных качеств ребенка посредствам освоения основ содержания физической деятельности с гимнастической направленностью.

Задачи программы:

- Обучать основам техники гимнастических упражнений и формирование необходимых умений и навыков для дальнейшего совершенствования в спортивной гимнастике, развивать точность выполнения упражнений;
- Развивать физические качества: скоростные, силовые, гибкость, выносливость, координацию движений, и творческие способности.
- Формировать и совершенствовать двигательную активность детей и формировать правильную осанку.
- Содействовать организации здорового и содержательного досуга детей;
- Воспитывать здоровых, волевых и дисциплинированных детей, стремящихся к занятиям физической культурой;
- Пропагандировать физическую культуру и спорт.

Принципы построения программы.

1. Систематичность.
2. Интеграция.
3. Воспитывающий характер обучения.
4. Построение программного материала от простого к сложному.
5. Доступность материала.
6. Повторность материала.

Для успешного решения задач используются следующие **методы и приемы**:

- ***Наглядные*** (показ педагога, пример, помощь, информационно-рецептивный);
- ***Словесные*** (описание, объяснение, название упражнений);
- ***Практические*** (повторение, самостоятельное выполнение упражнений);
- ***Поточный*** (каждая группа одна за другой без пауз выполняет упражнение);
- ***Игровой (***исключает принуждение к учению, где идет обучение через игру и соревнование).

- ***Метод строго регламентированного упражнения*** (заключается в том, что каждое *упражнение* выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой).
- ***Мотивационные*** (убеждение, поощрение);

Основной формой работы являются групповые учебно-тренировочные занятия.

Содержание образовательной деятельности направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой и спортом. На разных этапах обучения задачи меняются и становятся более целенаправленными.

Первый этап обучения - *начальное обучение новому движению*.
Второй этап обучения - *углубленное разучивание движения*.
Третий этап обучения - *закрепление и совершенствование движения*.

Планируемые результаты освоение программы

В результате занятий спортивной гимнастикой у детей сформируются и разовьются специфические движения, усовершенствуются двигательные навыки и физические качества (ловкость, гибкость, сила, выносливость). Акробатические упражнения будут способствовать всестороннему развитию всех органов и систем и в первую очередь двигательного аппарата, повышают возбудимость мышц, темп, силу, мышечный тонус и общую выносливость ребенка.

У детей проявятся такие личностные качества, как уверенность, целеустремлённость, активность, желание показать свои достижения зрителям. Движения доставляют занимающимся радость и могут служить хорошим средством повышения умственной работоспособности.

Форма подведения итогов – ***контрольные занятия,*** для которых разработаны контрольные упражнения и нормативы для оценки общей физической подготовленности и специальной физической подготовленности по спортивной гимнастике.