

**Аннотация**  
**дополнительной общеразвивающей программы «Детский фитнес»**  
**студии детского фитнеса «НЕПОСЕДЫ»**  
**МАУ ДО ЦРТД и Ю «Советский»**

1	Полное название	Дополнительная общеразвивающая программа «Детский фитнес» студии детского фитнеса «Непоседы»
2	Автор программы	Деркачева Мария Владимировна, педагог дополнительного образования, Зимарина Надежда Александровна, педагог дополнительного образования
3	Дата создания	2016 год
4	Характеристика программы	авторская
5	Направленность	художественная
6	Сроки реализации	1 год
7	Возраст обучающихся	5-6 лет
8	Цель программы	Создание условий для развития физических качеств детей дошкольного возраста, подготовка к физическим нагрузкам в школе посредством детского фитнеса.
9	Краткое содержание программы	2 блока обучения: 1. Знакомство с основными разделами детского фитнеса. 2. Работа с предметами.
10	Особая информация	Дополнительная образовательная услуга, предоставляемая учреждением на платной основе.
11	Планируемые результаты	<p>Пройдя курс обучения, дети будут знать и уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• правила техники безопасности;</li> <li>• общие и индивидуальные основы личной гигиены;</li> <li>• владение необходимыми знаниями в области детского фитнеса;</li> <li>• положение рук, ног, корпуса;</li> <li>• упражнения на координацию;</li> <li>• техника исполнения базовых движений аэробики, хореографии, правила подвижных игр;</li> <li>• правила применения стретчинга</li> </ul>