

Аннотация к программе «Степаэробика»  
для детей дошкольного возраста (4-7 лет)

В соответствии с государственной политикой в области дополнительного образования, социальному заказу общества и удовлетворения образовательных потребностей родителей по подготовке детей к школе, так как дошкольный возраст – это уникальный период в жизни человека, когда происходит развитие способностей и индивидуальности, закладываются основы познавательного, социального, эмоционального, волевого и физического развития.

**Цель программы:** укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости организма; создание условий для формирования у детей дошкольного возраста потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**Задачи программы:**

I. Укрепление здоровья:

- развивать и укреплять костно-мышечную систему организма дошкольника;
- формировать правильную осанку, стопу;
- стимулировать работу сердечно-сосудистой, дыхательной систем организма;
- приобщать к здоровому образу жизни.

II. Развитие двигательных качеств и умений:

- развивать точность и координацию движений;
- развивать гибкость, пластичность;
- воспитывать выносливость;
- развивать умение ориентироваться в пространстве;
- обогащать двигательный опыт ребенка.

III. Развитие музыкальности:

- развивать способность слушать и чувствовать музыку;
- развивать чувство ритма;
- развивать музыкальную память.

IV. Развитие психических процессов:

- развивать восприятие, внимание, волю, память, мышление;
- тренировать подвижность и гибкость нервных процессов.

V. Воспитание нравственно-коммуникативных качеств личности:

- воспитывать активность, инициативность, самостоятельность, настойчивость;
- воспитывать способность к сопереживанию, взаимопомощи, взаимоподдержке.

Срок реализации: 2 года.