

## **Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «Юный акробат»**

Настоящая программа носит физкультурно-спортивную направленность и ориентирована на работу с детьми 5-7 лет.

Проблема здоровья подрастающего поколения в последнее время стала очень актуальной. За последние годы динамика здоровья детей характеризуется неблагоприятными тенденциями. Негативное влияние на организм ребенка различных факторов окружающей среды приводит к ухудшению состояния его здоровья, снижению умственной и физической активности.

Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью педагогической работы в дошкольных учреждениях. В детском саду создаются условия для физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья воспитанников, однако данная проблема остаётся актуальной, так как 76 % детей, посещающих детский сад, имеют вторую группу здоровья. За последнее три года в ДООУ наблюдается тенденция уменьшения числа детей, имеющих I группу здоровья, увеличения детей со 2 группой здоровья. Наблюдения и анализ образовательного процесса показали, что при проведении традиционных физкультурных занятий недостаточно внимание уделяется развитию физических качеств, таких как выносливость, ловкость, быстрота, гибкость. В этой связи актуальной становится проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья ребенка, коррекции недостатков физического развития, профилактики заболеваний и увеличения двигательной активности как мощного фактора интеллектуального и эмоционального развития человека.

Наиболее популярными и эффективными средствами в физическом воспитании детей являются элементы акробатики, истоки которой берут свое начало в глубокой древности – античной Греции и Древней Индии.

Акробатика привлекает детей своей доступностью, и она в своем роде уникальна. Не случайно она получила такое массовое распространение во всем мире. Здесь и темп, и интенсивность движений, и работа всех мышц и суставов. А современная ритмическая музыка, яркая одежда, танцевальные движения при выполнении показательных упражнений создают положительные эмоции.

В концепции физического воспитания такой развитой страны, как Германия, на начальном этапе обучения одной из первых стоит задача- формировать у детей необходимые жесты и разнообразные движения. Культура движений во многом связана у детей с развитием у дошкольников физических качеств. Ведь без развития силы мышц спины и брюшного пресса ребенок не может удерживать правильную, красивую осанку долгое время.

Недостаточная гибкость снизит впечатление от выполненной позы. Излишняя медлительность проявится в плохом сочетании упражнений. Быстрая утомляемость, как результат низкой выносливости, не даст до конца контролировать свои действия. Развивая физические качества, мы обязательно формируем и культуру движений. Эти два момента настолько связаны между собой, что отделить их друг от друга очень сложно.

Достоинства спортивной акробатики как средства воздействия на психическое и физическое здоровье известны. Такие занятия способствуют воздействию на сердечно-сосудистую, нервно-мышечную, эндокринную системы организма. С помощью акробатики наиболее успешно решаются задачи общего гармоничного физического развития, так как в ее распоряжении имеются самые разнообразные упражнения, благотворно влияющие на различные звенья двигательного аппарата, на все мышечные группы человека. Если в любом виде спорта используется относительно узкий круг физических упражнений, то в акробатике количество упражнений буквально не поддается учету.

Разнообразие акробатических упражнений позволяет заниматься детям с различными физическими данными.

Акробатические упражнения весьма универсальны и доступны.

Акробатика, благодаря своей доступности и привлекательности, входит в число преподаваемых дисциплин в школе «Гимнастика с элементами акробатики».

Акробатика позволяет поддерживать необходимый уровень развития целого ряда двигательных качеств и способностей, связанных с выполнением прыжков, вращений, равновесий. Акробатика – ценное средство развития смелости, решительности, ловкости.

**Актуальность** данной программы заключается в том, что она соответствует социальному заказу на формирование здорового образа жизни и физического развития современных детей.

**Новизна программы** состоит в том, что в ней большое внимание уделяется обучению детей не только элементам спортивной акробатики, но и формированию компетенций в области обеспечения безопасной жизнедеятельности.

**Педагогическая целесообразность** программы обоснована её ориентацией на поддержку каждого воспитанника в его самопродвижении по индивидуальной траектории обучения.