

**Дополнительная образовательная программа
студии спортивного танца «Нескучный ритм»**

Направленность программы	физкультурно-спортивная и художественно-эстетическая
Краткое описание программы	<p>Почему спортивные танцы - это лучшее направление для развития детей?</p> <ul style="list-style-type: none"> – формирование осанки, красивой походки и стройной фигуры. – развитие чувства ритма, пластичности и координации, физических возможностей. – удовольствие от умения двигаться. – развитие концентрации внимания, силы воли и внутренней дисциплины. <p>Ребенок быстрее и всесторонне развивается, лучше учится в школе и приучается к каждодневному труду.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Формирование личности, характера, культуры поведения и этики. <p>Занятия спортивным танцем складываются из элементов тренажа (в parter и на середине), упражнений общей физической подготовки (ОФП), игрового стретчинга, ритмопластики, партерной гимнастики, элементов основ классического и народного танца, разучивания танцевальных этюдов, концертные выступления и т.д.</p> <p>Занятия спортивным танцем для детей включает комплексную нагрузку на все группы мышц. Помимо мышечной работы, это еще и общее развитие всего организма, активно задействуются и развиваются память, логика, воображение, координация, мышление, ловкость, умение сосредоточиться, волевые качества, внимание, восприятие, уравновешенность процессов. Также, ребенок получает эстетическое развитие, улучшается чувство ритма и музыкальный слух.</p> <p>В программу обучения включены различные направления оздоровительных видов гимнастики: ритмопластика, аэробика, стретчинг, фитнес, фитбол, ритмическая гимнастика, суставная и дыхательная гимнастика.</p>
Преподаватель	Мелешкина Ольга Викторовна, инструктор по физической культуре, педагог высшей категории.
Возрастная адресованность	дети 4 – 7 лет (средняя, старшая и подготовительная группа)
Срок реализации программы	3 года
Количество групп	1 для детей 4 – 5 лет 1 для детей 5 – 6 лет 1 для детей 6 – 7 лет
Количество детей в группе	12 человек
Количество занятий	В неделю 1 занятия В месяц 4 занятия
Длительность 1 занятия	30 мин.
Расписание занятий	понедельник 1-ая группа: 15.50 – 16.20 2-ая группа: 16.30 – 17.00 3-ая группа: 17.10 – 17.40
Стоимость	1 занятие: 350 рублей В месяц: 1400 рублей