

ПАСПОРТ
дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы
«Основы стретчинга» художественной направленности

Наименование муниципалитета	муниципальное образование Кавказский район
Наименование организации	муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования центр внешкольной работы города Кропоткин муниципального образования Кавказский район (МАОУДО ЦВР)
ID-номер программы в АИС «Навигатор»	19445
Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы стретчинга»
Механизм финансирования (ПФДО, муниципальное задание, внебюджет)	ПФДО
ФИО автора (составителя) программы	Садовникова Виктория Николаевна
Краткое описание программы	Программа по хореографии.
Форма обучения	очная
Уровень содержания	ознакомительный
Продолжительность освоения (объём)	108 часов
Возрастная категория	8 – 18 лет
Цель программы	физическое совершенствование, гармоничное развитие и оздоровление детей для повышения качества хореографического мастерства через сочетание системы статичных растяжек и динамичных движений.
Задачи программы	<p><u>Образовательные (предметные):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - обучить детей основам техники стретчинга, снятию напряжения в теле при помощи определённых упражнений; - совершенствование исполнительского мастерства, профессиональных и физических качеств танцора; - научить технике безопасности на занятиях, самоконтролю при выполнении упражнений. <p><u>Метапредметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Создание условий для самостоятельного познания окружающей деятельности в двигательной сфере с помощью собственных усилий в процессе решения двигательных задач; - развивать память, мышление и внимание; - формировать здоровый костно-мышечный аппарат, способствовать снижению риска травматизма;

	<ul style="list-style-type: none"> - формирование навыка самостоятельного поиска информации в предоставленном перечне информационных онлайн-платформ, контентх, сайтах, блогах и т.д. <p><u>Личностные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - способствовать умению преодолевать технические трудности при выполнении сложных комбинаций; - устранять комплекс переживаний, связанных с физическим несовершенством тела; - развивать в детях уверенность в себе, своих силах, возможностях своего тела; - воспитывать чувство ансамбля (чувства партнёрства) взаимопомощи; - воспитывать ответственность и добросовестное отношение к начатому делу; - способствовать привлечению родителей к участию в работе творческого объединения; - развитие умения работать дистанционно в команде и индивидуально, выполнять задания самостоятельно и коллективно бесконтактно; - развитие умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность.
Ожидаемые результаты	<p><u>Образовательные (предметные):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - будут владеть техникой стретчинга, уметь снять напряжение в теле при помощи определённых упражнений; - повысят уровень исполнительского мастерства, профессиональных и физических качеств танцора; - будут знать технику безопасности на занятиях, проявлять самоконтроль при выполнении упражнений. <p><u>Метапредметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - будут самостоятельно проявлять познания окружающей деятельности в двигательной сфере с помощью собственных усилий в процессе решения двигательных задач; - будет развита память, мышление и внимание; - будет сформирован здоровый костно-мышечный аппарат, с снижен риска травматизма; - будет сформирован навык самостоятельного поиска информации в предоставленном перечне информационных онлайн-платформ, сайтах, блогах и т.д.

	<p><u>Личностные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - будут уметь преодолевать технические трудности при исполнении сложных комбинаций; - будет устранён комплекс переживаний, связанных с физическим несовершенством тела; - будет развита в детях уверенность в себе, своих силах, возможностях своего тела; - будет развито чувство ансамбля (чувства партнёрства) взаимопомощи; - будут ответственно и добросовестно относиться к начатому делу; - будут уметь работать дистанционно в команде и индивидуально, выполнять задания самостоятельно и коллективно бесконтактно; - будут уметь самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность.
Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)	Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
Возможность реализации в сетевой форме	
Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий	Программа адаптирована для реализации в условиях временного ограничения занятий в очной форме по санитарно-эпидемиологическим и другим основаниям и включает все необходимые инструменты электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.
Материально-техническая база	<ul style="list-style-type: none"> - помещение в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами Сан-ПиН; - танцевальный станок; - зеркальная стена; - коврики; - мячи; - гантели; - скакалки; - аудио и видео аппаратура; - раздевалка и душевая комната; - костюмерная.