**Описание дополнительной общеразвивающей программы «Крепыш» физкультурно-спортивной направленности**

Программа «Крепыш» имеет физкультурно-спортивную направленность и предназначена для детей дошкольного возраста. В процессе ее реализации ребенок должен освоить базовые элементы аэробики (основные шаги) и шаги аэробики и степ-аэробики в сочетании с различными движениями рук; выполнять аэробные комплексы синхронно и согласовывать свои движения с ритмом и темпом музыки; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности, повседневной жизни..

**Целью** данной программы является:

* создание условий для формирования устойчивой мотивации к двигательной активности;
* развитие способностей детей на предмет выявления хореографических данных.
* укрепление здоровья и содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами игрового стретчинга.
* создание благоприятных условий для личностного развития, творческой активности через приобщение к физической культуре средствами музыки и ритмических движений,;
* формирование основ здорового образа жизни.

**Срок освоения программы** – 1 год

**Разработчик:** инструктор по физической культуре Дорогова Алина Владимировна

**Форма организации занятий:** групповая

**Форма обучения:** очная.