

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«**Детский фитнес**»

АННОТАЦИЯ

Данная программа имеет **физкультурно-спортивную направленность** базового уровня освоения, предусматривает техническую и психологическую подготовку, учитывает возрастные особенности учащихся и состоит из двух частей: «Детский фитнес для младшей группы», «Детский фитнес для старшей группы». Цель внедрения инновационного продукта в деятельность образовательного учреждения – построение здоровьесозидающей образовательной среды ОУ через организацию системы дополнительного образования физической культуры оздоровительной направленности. **Новизна** программы состоит в идее гармоничного сочетания современных оздоровительных технологий: дыхательной гимнастики, аэробики, оздоровительной гимнастики, комплексов хатха-йоги, классических оздоровительных методик и общефизической подготовки.