## Аннотация к дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе физкультурно-спортивной направленности с элементами "ФИТНЕС-АЭРОБИКА"

Оздоровительно – развивающая программа по Ритмической танцевально – игровой гимнастике направлена на всестороннее гармоничное развитие детей дошкольного возраста. Танцевально – ритмическая гимнастика основывается на общеразвивающих упражнениях. Эффективность этой гимнастики заключается в её разностороннем воздействии на опорно – двигательный аппарат, сердечно – сосудистую, дыхательную и нервную систему человека.

Новизна, актуальность программы:

Возможности применения танцевально – ритмической гимнастики довольно широки. Это образные упражнения, сюжетные композиции, которые отвечают возрастным особенностям ребёнка, склонности к подражанию, копированию действий человека и животных. В этой связи актуальна становится разработка программы с использованием нетрадиционных эффективных форм, методов и средств физического, эстетического и музыкального воспитания детей.

Отличительной особенностью этой программы является освоение детьми танцевально –игровой ритмической гимнастики и нетрадиционных видов упражнений, разных направлений