

Название программы «Скиппинг»

Возраст: 7-11

Срок реализации: 1 год

Направленность: физкультурно-спортивная

Автор-составитель: Малышева Александра Владимировна

Краткая аннотация программы:

Цель обучения: Ориентация на достижение цели и основного результата образования - развитие личности обучающегося на основе освоения учебных действий и познания, формирования опыта самостоятельной деятельности, самопознания и самоопределения личности, стремления к самовыражению и самореализации своего "Я".

Сегодня дополнительное образование детей вместе с модой усиливает внимание на здоровый образ жизни, и развивает такие виды как: шейпинг, атлетизм, фитнес - skip (прыжок, скачок, подпрыгивать, многократные перескакивания). В США и Европе вместе с различными оздоровительными системами Роуп-скиппинг (многократные перескакивания) приобрёл популярность и развивается как вид спорта с 80-х годов уже прошлого века. Спортивные федерации созданы более чем в 30 странах мира. В России же распространение skipping началось во времена Агнии Барто в 50-е годы «с поворотом, и с прискоком, и с разбега, и на месте, и двумя ногами вместе... во дворе и на бульваре, в переулке и в саду, и на каждом тротуаре у прохожих на виду».