

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение « Детский сад № 27
«Аленький цветочек» города Черкесска»**

Утверждено

Директор МБДОУ «Д/с №27 «Аленький цветочек»

О.А.Хилько



Программа кружка по художественной гимнастике детей 4-7 лет

1. ВВЕДЕНИЕ

Учебный материал представлен по видам подготовки: технико-тактической, физической, психологической (морально-волевой), теоретической (методической), соревновательной:

- А) технико-тактическая подготовка представляет собой изучение техники элементов в индивидуальных и групповых упражнениях, основные моменты для успешного выполнения разучиваемых элементов.
- Б) физическая подготовка подразделяется на два больших раздела: общую (ОФП) и специальную (СФП) физическую подготовку

- ОФП предполагает развитие основных двигательных навыков человека и его физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.