

## **Аннотация к рабочей программе «Фитбол-гимнастика»**

Рабочая программа «Фитбол-гимнастика» направлена на охрану и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие, оздоровление и профилактику различных заболеваний.

**Цель программы** - развитие и коррекция двигательной и речевой сферы, формирование правильной осанки, профилактика и коррекция нарушений осанки у дошкольников. А также целенаправленность на художественно-эстетическое воспитание детей; повышение уровня физической подготовленности детей и укрепление их здоровья; создание оптимальных условий для развития интеллектуальной и эмоционально-волевой сферы ребенка.

**Задачи по реализации программы:**

### **1. Оздоровительно-коррекционные задачи.**

- Содействовать оптимизации роста и развитию опорно-двигательного аппарата.
- Гармонично развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, быстроту.
- Содействовать развитию координационных способностей, функции равновесия, вестибулярной устойчивости.
- Формировать и закреплять навык правильной осанки.
- Содействовать профилактике плоскостопия.
- Содействовать развитию и функциональному совершенствованию сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем организма.
- Способствовать повышению работоспособности организма занимающегося.
- Развивать мелкую моторику рук.
- Способствовать коррекции психомоторного, речевого, эмоционального и общего психического состояния.

### **2. Образовательные задачи.**

- Вооружить занимающихся знаниями о влиянии занятий фитбол-гимнастикой на организм, понятии здорового образа жизни, правилах техники безопасности на занятиях, профилактике травматизма.
- Формировать знания, умения и навыки, необходимые в разнообразных условиях жизни, обогащать двигательный опыт занимающихся.
- Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.
- Способствовать развитию интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями.
- Прививать навыки личной и общественной гигиены (самообслуживание, соблюдение чистоты).

### **3. Воспитательные задачи**

- Воспитывать умение эмоционального самовыражения, раскрепощенности и творчества в движениях.
- Формировать навыки выразительности, пластичности в движениях.
- Развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи.
- Способствовать развитию воображения, мышления, познавательной активности.
- Воспитывать трудолюбие и стремление к достижению поставленной цели.
- Содействовать формированию коммуникативных качеств у детей.

Занятия проводятся 2 раза в неделю с детьми с ЗПР и легкой УО старшего дошкольного возраста от 5 до 7 лет.

Количество детей в группе 6 человек.

Форма проведения занятий – групповая с индивидуальным подходом к каждому ребенку.

Продолжительность занятий - 25 минут.

Срок реализации программы - один учебный год (с октября по май).

Учебно-тематический план каждого учебного года включает в себя 64 занятия.

Форма подведения итогов реализации программы – итоговое открытое занятие для родителей, фото и видео отчеты.