

**Аннотация**  
**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**  
**«Фитбол-гимнастика» для детей 3-6 лет со сроком реализации 3 года.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Фитбол-гимнастика» (далее – Программа) является Программой физкультурно-оздоровительной направленности

Оригинальность и новизна Программы заключается в том, что она является комплексной, включающей в себя разнообразный арсенал средств и методов детского фитнеса (оздоровительной аэробики, танца, корригирующей гимнастики и др.).

Программа «Фитбол-гимнастики» рассчитана на 2 года (младший и средний дошкольный возраст, с 3 до 6 лет).

Занятия проводятся как совместная деятельность педагога с детьми. Один раз в неделю, 32 часа в год продолжительностью 15, 20 и 25 минут соответственно каждому году обучения, с 1 октября до 31 мая, во вторую половину дня с 15.10 до 16.45.

Год обучения	Количество занятий в месяц	В год
1	4	32
2	4	32
3	4	32

Основными целями и задачами Программы являются то что, занятия направлены на сохранение и укрепление физического и психического здоровья дошкольника. У воспитанников формируется правильная осанка, расширяются двигательные умения и навыки через разнообразный арсенал средств и методов детского фитнеса (оздоровительной аэробики, танца, корригирующей гимнастики и др.).

Формируются нравственно-коммуникативные качества личности (выдержка, смелость, чувство собственного достоинства). Развиваются творческие способности.

Данная Программа имеет разделы: «Пояснительная записка»; «Условия реализации программы»; «Учебный план I года обучения»; «Учебный план II года обучения»; «Учебный план III года обучения», «Календарно-тематическое планирование I года обучения»; «Календарно-тематическое планирование II года обучения»; «Календарно – тематическое планирование III года обучения», «Список источников и литературы».

В Программе также указано материально-техническое и методическое обеспечение.