

## Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «Увлекательный футбол» (далее – Программа)

Данная программа составлена на основе действующих нормативно-правовых документов.

Направленность программы- физкультурно-спортивная.

Уровень освоения- общекультурный.

Адресат ДОП: дети 5-6 лет

Объём и срок освоения ДОП:

Объём программы – 32 часа

Срок реализации программы- 32 дня

Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие являются актуальной и неотъемлемой частью педагогической работы в дошкольных учреждениях.

С древнейших времен мяч служил предметом игр и развлечений. Занятия на мячах футболах уникальны по своему воздействию на организм. Оздоровительное влияние футбол-гимнастики на организм ребенка достигается в первую очередь за счет механической вибрации и амортизационной функции мяча, что приводит к улучшению обмена веществ, кровообращения позвоночника, суставов и внутренних органов.

Отличительные особенности ДОП: данная программы способствует укреплению опорно-двигательного аппарата, создание мышечного корсета, улучшение подвижности в суставах, создание оптимальных условий для развития интеллектуальной и эмоционально-волевой сферы ребенка. При выполнении физических упражнений на мячах футболах, одновременно включаются двигательный, вестибулярный, зрительный и тактильный анализаторы, что в геометрической прогрессии усиливает положительный эффект от занятий.

**Цель программы:** содействовать всестороннему гармоничному развитию личности ребенка через укрепление здоровья, развитие двигательных способностей, профилактику различных заболеваний, приобщение к здоровому образу жизни посредством использования футбол-гимнастики.

### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

- ✓ расширить знания о футбол - гимнастике;
- ✓ обучение двигательным действиям с мячом;
- ✓ учить двигаться под музыку самостоятельно (импровизировать);
- ✓ познакомить с танцевальными движениями различных направлений
- ✓ создавать условия для формирования знаний о влиянии занятий футбол –гимнастики на организм, о здоровом образе жизни, о правилах техники безопасности на занятиях.

#### **Развивающие:**

- ✓ формирование навыка правильной осанки;
- ✓ развитие координационных способностей, функции равновесия, вестибулярной устойчивости;
- ✓ развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые способности;
- ✓ содействовать развитию чувства ритма, памяти, внимания, воображения, эмоционального самовыражения, раскрепощённости, творчества в движениях.

#### **Воспитательные:**

- ✓ воспитание целенаправленной двигательной активности;
- ✓ формирование мотивации к занятиям физическими упражнениями;
- ✓ содействовать формированию коммуникативных умений (лидерства, инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи);

#### **Планируемые результаты освоения программы:**

К концу практики:

- ✓ расширят знания о мячах футболах;
- ✓ проявят устойчивый интерес к занятиям футбол-гимнастикой;

- ✓ познакомятся с основными движениями, которые выполняются на мяче;
- ✓ познакомятся с основными танцевальными шагами, сидя на мяче;
- ✓ смогут правильно повторять показанные движения;
- ✓ будут лучше координировать движения своего тела;
- ✓ получат навыки культуры общения в совместной деятельности учащихся и педагога.
- ✓ улучшат свои коммуникативные способности и приобретут навыки работы в коллективе

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ПОДПИСАНО

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 12  
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Слободянюк  
Татьяна Анатольевна, ЗАВЕДУЮЩИЙ**

**06.11.24** 10:48  
(MSK)

Сертификат 060DF7368B861A82DE61D03575557A1D