|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| фон4**БЛАГОДАРЯ ЗАНЯТИЯМ фитнесом:** Укрепляется здоровье: тренируется выносливость сердца и сосудов, развивается правильное дыхание;Улучшается память и внимание, скорость реакции и координация движений;Развиваются все группы мышц, улучшается гибкость;Можно расслабиться и выплеснуть накопившуюся энергию, что особенно важно гиперактивным детям;Групповые занятия помогают застенчивым детям находить общий язык со сверстниками;Корректируются проблемы с нарушением осанки и свода стопы.C:\Users\user\Desktop\EYGQ2754.JPG | C:\Users\user\Desktop\еж.pnge:\Downloads\СТИКЕР син.png  ***Наши контакты:***    ***Адрес: 623388***  ***Свердловская область,***  ***город Полевской,***  ***ул. Меркулова, дом 33***    ***Контактный телефон:***  ***+7(34350) 51731***    ***Официальный сайт:***  [***www.65pol.tvoysadik.ru***](http://www.65pol.tvoysadik.ru) | ***Муниципальное автономное***  ***дошкольное образовательное***  ***учреждение***  ***Полевского муниципального округа***  ***Свердловской области***  ***“Детский сад № 65***  ***комбинированного вида”***    **Дополнительная общеразвивающая программа**  **«ДЕТСКИЙ ФИТНЕС»**    ***Программа***  ***дополнительного***  ***образования***  ***«ЧИТАЙКА»***    ***Программа***  ***дополнительного***  ***образования***  ***«ЧИТАЙКА»***  D:\Downloads\IMG_6707.jpg |
| фон4**Цель программы**  * Содействие всестороннему развитию личности дошкольника * Тренировка и развитие всех систем и функций организма ребенка через специально организованную оптимальную физическую нагрузку   C:\Users\user\Desktop\WP_20161006_15_49_59_Pro.jpg | **Руководитель:**  **Ивлиева**  **Александра Андреевна**  **Инструктор по физической культуре**  **высшей квалификационной категории** C:\Users\user\Desktop\FMGG5732.JPGD:\Downloads\IMG_6708.jpg | **Содержание программы**«Зверобика» физические упражнения с одновременным произношением звуков и четверостиший; развивает координацию движений и речь ребенка.  * «Step by step» освоение навыков равновесия, обучение правильной ходьбе, развитие мелкой моторики. * «Baby top» упражнения на укрепление свода стопы, незаменимые для детей с развивающимся плоскостопием.  Дыхательная гимнастикаПоложительно влияет на умственную деятельность и функционирование мозга.  * Упражнения с фитболом гимнастика на мячах; развивает опорно-двигательный аппарат. * «Baby games» подвижные игры, эстафеты и упражнения на развитие внимания и мелкой моторики. * Игровой стретчинг упражнения для развития гибкости и пластичности. |

## **ЗАДАЧИ**

##### Оптимизировать рост и развитие опорно - двигательного аппарата (формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия);

##### Совершенствовать физические способности;

##### Развивать психические качества: внимание, память, воображение, умственные способности;

##### Развивать и функционально совершенствовать органы дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистую и нервную систему организма;

##### Создавать условия для положительного психоэмоционального состояния;

##### Воспитывать умение выражать эмоции, раскрепощенность и творчество в движении;

##### Повышать интерес к физкультурным занятиям.