

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №30 комбинированного вида»

РАССМОТРЕНА
Педагогическим советом
Протокол от 26.08.2021 №1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом от 26.08.2021 №87

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ФИТБОЛЯТА»**

для детей 5 – 7 лет

Срок реализации 2 года

Авторы-составители:
Ермакова О.Ю., заместитель
заведующего по УВР
Сиротова О.А., воспитатель

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ	Страницы
1	Пояснительная записка	3
1.1	Нормативно-правовая база конструирования программы	
1.2	Направленность программы	3
1.3	Цели и задачи реализации программы	3
1.4	Актуальность и новизна программы	4
1.5	Срок, место реализации и контингент воспитанников, на которых рассчитана Программа	
2	Планируемые результаты освоения программы	6
3	Система оценки результатов освоения программы	6
4	Учебно-тематическое планирование	7
4.1	Содержание изучаемого курса	9
5	Организационно-педагогические условия реализации программы	13
5.1	Организация образовательного процесса	14
5.2	Форма и режим занятий	14
5.3	Организация развивающей предметно-пространственной среды	15
5.4	Взаимодействие с семьями воспитанников	15
5.5	Средства обучения	15
	ПРИЛОЖЕНИЯ	
1.	Календарный учебный график	
2.	Комплексы игр, дыхательной гимнастики	

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Фитболята» (далее Программа) разработана и утверждена организацией в соответствии с:

- ч.1 ст.10 Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в РФ»
- Постановлением главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- Распоряжением правительства РФ от 04.09.2014 г. №1726-р «Концепция развития дополнительного образования детей»
- Приказом Минпросвещения РФ от 09.11. 2018 года N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями на 30 сентября 2020 года)
- Письмом Министерства образования и науки России №09-3242 от 18. 11. 2015 г. «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

1.2 Направленность образовательной программы

Программа направлена:

- на обучение основным двигательным действиям;
- на развитие и совершенствование координации движения и равновесия, мелкой и крупной моторики;
- на укрепление мышечного корсета, создание навыка «правильной» осанки;
- на нормализацию работы нервной системы, стимулирование нервно-психического развития;
- на улучшение коммуникативной и эмоционально-волевой сферы.

1.3 Цели и задачи реализации программы

Цель: повышение уровня физической подготовленности детей и укрепление их здоровья.

Задачи:

1. Укреплять здоровье детей с помощью фитболов.
2. Развивать силу мышц, поддерживающих правильную осанку.

3. Совершенствовать функции организма, повышать его защитные свойства и устойчивость к заболеваниям с помощью фитболов.
4. Развивать двигательную сферу ребенка и его физические качества: выносливость, ловкость, быстроту, гибкость.
5. Воспитывать интерес и потребность в физических упражнениях и играх.

1.4. Актуальность и новизна программы

Фитбол – гимнастика не только благоприятно воздействует на все системы организма ребенка (сердечнососудистую, дыхательную, выделительную и т. д.), но и снимает психическое напряжение, повышает умственную и физическую работоспособность, улучшает самочувствие. Способствует формированию у детей практических навыков здорового образа жизни, потребности в систематических занятиях физкультурой и спортом, развивать осознанное отношения к своему здоровью, воспитывать умение бережного отношения к своему организму, оценивать себя и свое состояние.

Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью педагогической работы в дошкольных учреждениях. За последнее время число здоровых детей уменьшилось. В связи с этим одним из путей в решении проблем оздоровления детей и профилактики различных заболеваний являются занятия фитбол- гимнастикой.

Мячи большого размера - фитболы - появились сравнительно недавно, хотя с древнейших времен в культуре любого народа мяч использовался в качестве развлечения. Фитбол в переводе с английского означает "мяч для опоры", который используется в оздоровительных целях.

Актуальность данной программы заключается в чрезвычайной полезности занятий фитболом для разностороннего развития дошкольника:

- Упражнения на мячах обладают оздоровительным эффектом, который подтвержден опытом работы специализированных, коррекционных и реабилитационных медицинских центров России. За счет вибрации при выполнении упражнений и амортизационной функции мяча улучшаются обмен веществ, кровообращение и микродинамика в межпозвонковых дисках и внутренних органах, что способствует разгрузке позвоночного столба, мобилизации различных его отделов, коррекции лордозов и кифозов. Пластические упражнения с разными материалами развивают чуткость и силу пальцев, ловкость, сноровку и скоординированность движений обеих рук. Замечено, что раннее включение в пальчиковую деятельность способствует ускорению развития ребёнка и особенно – развитию речи. Такие занятия очень полезны детям с проблемами в развитии.
- Упражнения на мячах тренируют вестибулярный аппарат, развивают координацию движений и функцию равновесия, оказывают стимулирующее влияние на обмен веществ организма, активизируют моторно-висцеральные рефлексy.

- Упражнения верхом на мяче по своему физиологическому воздействию способствуют лечению таких заболеваний, как остеохондроз, сколиоз, неврастения, астено-невротический синдром и др. Практически это единственный вид аэробики, где в выполнение физических упражнений включаются совместно двигательный, вестибулярный, зрительный и тактильный анализаторы, что в геометрической прогрессии усиливает положительный эффект от занятий на фитболах.

Мяч по своим свойствам многофункционален и поэтому может использоваться в комплексах упражнений фитбол-аэробики как предмет, снаряд или опора. Комплексы упражнений на мячах в зависимости от поставленных частных задач и подбора средств могут иметь различную направленность:

- для укрепления мышц рук и плечевого пояса;
- для укрепления мышц брюшного пресса;
- для укрепления мышц спины и таза;
- для укрепления мышц ног и свода стопы;
- для увеличения гибкости и подвижности в суставах;
- для развития функции равновесия и вестибулярного аппарата;
- для формирования осанки;
- для развития ловкости и координации движений;
- для развития танцевальности и музыкальности;
- для расслабления и релаксации как средств профилактики различных заболеваний (опорно-двигательного аппарата, внутренних органов).

Итак, занятие проводится один раз в неделю. Занятие подразделяется на 3 части: подготовительную, основную и заключительную. В подготовительной части происходит настрой детей на работу, подготовка организма к основной части тренировки, обучение и автоматизация приемов самостраховки. В основной части происходит максимальная нагрузка на организм, которая должна быть оптимальной для детей. В связи с этим во время занятия должны учитываться возрастные и индивидуальные особенности детей. Заключительная часть способствует улучшению восстановительных процессов и расслаблению организма.

1.5 Срок, место реализации и контингент воспитанников, на который рассчитана Программа

Программа реализуется в МБДОУ «Детский сад № 30 комбинированного вида», находящийся в с. Рождествено.

Срок реализации программы 2 года. Занятия проводятся 1 раз в неделю, по подгруппам (до 10 детей). Итого за год – 36 занятий, за два года – 72 занятия.

Первый год обучения – дети старшей группы (5 – 6 лет).

Второй год обучения – дети подготовительной группы (6 – 7 лет).

1.6 Особые условия проведения

Отсутствие медицинских противопоказаний для занятий фитболом.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

К концу второго года обучения у воспитанников:

1. У детей развита крупная и мелкая моторика.
2. Дети подвижны, активны, выносливы, владеют основными движениями, упражнениями на мячах, могут контролировать свои движения, управлять ими.
3. Знакомы с историей развития фитбола.
4. Имеют представления о фитболе, как о виде гимнастики.
5. Имеют начальные представления о ЗОЖ.
6. Сформированы знания о профессиях тренера, спортсмена-гимнаста.

3. СИСТЕМА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Качество усвоения программы оценивается педагогом путем наблюдения за деятельностью ребенка. Мониторинг проводится дважды: в начале учебного года (сентябрь), и промежуточный – в середине учебного года (январь).

Цель: оптимизация образовательного процесса.

Диагностическая карта 1 год обучения (старшая группа)

Фамилия имя ребенка	Ходьба		Бег		Прыжки		Равно- весие		Катание		Бросание, ловля		Итог	
	с	я	с	я	с	я	с	я	с	я	с	я	с	я

Диагностическая карта 2 год обучения (подготовительная группа)

Фамилия имя ребенка	Ходьба		Бег		Прыжки		Равно- весие		Катание		Бросание, ловля		Итог	
	с	я	с	я	с	я	с	я	с	я	с	я	с	я

Критерии оценки:

1 балл — ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает,

2 балла — ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки,

3 балла — ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого,

4 балла — ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью

взрослого все параметры оценки,

5 баллов — ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно.

4. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Первый год обучения (старшая группа)

<i>Дата</i>	<i>Тема</i>	<i>Краткое содержание</i>	<i>Кол-во часов</i>
СЕНТЯБРЬ	«Знакомство со свойствами мяча»	Создание у детей представления о форме и физических свойствах футбольного мяча.	4
ОКТАБРЬ	«Правильно выполняем»	Знакомство с базовыми движениями в различных исходных положениях	4
НОЯБРЬ	«Логоритмика»	Развитие динамической координации в сочетании с ритмическими речевыми упражнениями.	4
ДЕКАБРЬ	«Укрепляем мышцы»	Формирование умения правильно выполнять упражнения на укрепление различных видов мышц	4
ЯНВАРЬ	«Ловкие, умелые»	Развитие ловкости при смене положения на мяче, увеличение амплитуды движений	2
ФЕВРАЛЬ	«Играя, играй!»	Знакомство детей с правилами подвижных игр, с использованием мяча.	4
МАРТ	«Танцуй!»	Разучивание с детьми комплексов по футбол-аэробике.	4
АПРЕЛЬ	«Наши помощники»	Формирование умения детей использовать гимнастические снаряды при выполнении упражнений на мячах.	4
МАЙ	«Вот как мы умеем!»	Закрепление полученных знаний и умений. Проведение сюжетных занятий.	4

Второй год обучения (подготовительная группа)

<i>Дата</i>	<i>Тема</i>	<i>Краткое содержание</i>	<i>Кол -во часо в</i>
СЕНТЯБРЬ	«Знакомство со свойствами мяча»	Закрепление у детей представление о форме и физических свойствах футбольного мяча.	4
ОКТАБРЬ	«Правильно выполняем»	Закрепление и совершенствование базовых движениям в различных исходных положениях	4
НОЯБРЬ	«Логоритмика»	Совершенствование динамической координации в сочетании с ритмическими речевыми упражнениями.	4
ДЕКАБРЬ	«Укрепляем мышцы»	Закрепление и совершенствование умений правильно выполнять упражнения на укрепление различных видов мышц	4
ЯНВАРЬ	«Ловкие, умелые»	Развитие ловкости при смене положений на мяче, увеличение амплитуды движений	2
ФЕВРАЛЬ	«Играя, играй!»	Закрепление и совершенствование правил подвижных игр с использованием мяча.	4
МАРТ	«Танцуй!»	Закрепление и совершенствование с детьми комплексов по фитбол-аэробике.	4
АПРЕЛЬ	«Наши помощники»	Совершенствование умения детей использовать гимнастические снаряды при выполнении упражнений на мячах.	4
МАЙ	«Вот как мы умеем!»	Закрепление полученных знаний и умений. Проведение сюжетных занятий.	4

4.1 Содержание изучаемого курса

Первый год обучения (старшая группа)

<i>Дата</i>	<i>Тема</i>	<i>Содержание</i>
Сентябрь	Знакомство со свойствами мяча	
<i>1 неделя</i>	«Что такое «фитбол»?»	Создать у детей представление о свойствах фитбольного мяча. Беседа «Мой веселый звонкий мяч!»
<i>2 неделя</i>	«Как правильно падать?»	Рассказать о правилах самостраховки. Беседа «Как правильно падать?»
<i>3 неделя</i>	«Чувство мяча»	Формировать «чувство мяча». Обучать правильной посадке на неподвижном мяче
<i>4 неделя</i>	«Не зацепи»	Показать и отработать движения, используя фитбольные мячи в качестве ориентиров
Октябрь	«Правильно выполняем»	
<i>1 неделя</i>	«Мой веселый звонкий мяч»	Обучать прыжкам на мяче, не отрывая стоп от пола
<i>2 неделя</i>	«Хорошо сидим»	Формировать умение правильно выполнять базовые движения, при выполнении упражнений в исходном положении сидя.
<i>3 неделя</i>	«На животике»	Формировать умение правильно выполнять базовые движения в исходном положении, лежа животом на мяче.
<i>4 неделя</i>	«На спинке»	Формировать умение правильно выполнять базовые движения в исходном положении, лежа спиной на мяче.
Ноябрь	«Логоритмика»	
<i>1 неделя</i>	«Дышим правильно»	Знакомить детей с комплексами дыхательных упражнений на мячах.
<i>2 неделя</i>	«Гласные-прекрасные»	Знакомить детей с игровыми упражнениями для дифференциации гласных звуков.
<i>3 неделя</i>	«Класные согласные»	Знакомить детей с игровыми упражнениями для дифференциации согласных звуков.
<i>4 неделя</i>	«Дышим правильно»	Знакомить детей с новыми комплексами дыхательной гимнастики.
Декабрь	«Укрепляем мышцы»	
<i>1 неделя</i>	«Плечики и ручки»	Формировать умение выполнять упражнения для укрепления мышц плечевого пояса и рук

2 неделя	«Животик»	Формировать умение выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
3 неделя	«Спинка»	Формировать умение выполнять упражнения для укрепления мышц спины
4 неделя	«Ножки»	Формировать умение выполнять упражнения для укрепления мышц сводов стоп
Январь	«Ловкие, умелые»	
3 неделя	«Вот так ручки, вот так ножки!»	Развивать ловкость
4 неделя	«Перекались»	Знакомить детей с приемами переходов из одного положения в другое.
Февраль	«Играя, играй!»	
1 неделя	«Не спеши»	Знакомить детей с правилами подвижных игр малой интенсивности, с использованием мячей
2 неделя	«Играй, играй, мяч не теряй»	Знакомить детей с правилами подвижных игр высокой интенсивности с использованием мячей
3 неделя	«Быстрее, выше, сильнее»	Знакомить детей с правилами подвижных игр, соревновательной направленности
4 неделя	«Катись, катись»	Знакомить с играми-эстафетами, с использованием проката мячей
Март	«Танцуй»	
1 неделя	«Гимнастика»	Развивать у детей чувство ритма. Комплекс упражнений под музыку «Ушастый нянь».
2 неделя	«Ритмика»	Развивать у детей танцевально-ритмическую направленность. Комплекс «Две подружки».
3 неделя	«Коррекция»	Знакомить детей с комплексом профилактико - корригирующей направленности. Комплекс «Белоруска».
4 неделя	«Атлетика»	Знакомить детей с комплексом общеукрепляющей направленности. Комплекс «Мама-квочка»
Апрель	«Наши помощники»	
1 неделя	«Гимнастическая стенка»	Формировать у детей умение выполнять динамические упражнения на мячах с использованием гимнастической стенки.
2 неделя	«Мешочки»	Развивать «чувство равновесия» при помощи использования «набивных» мешочков.
3 неделя	«Ориентиры»	Формировать умение выполнять прокаты и отбивания мячей, используя ориентиры.
4 неделя	«Колечки»	Развивать «чувство равновесия», при помощи использования спортивных колец.

Май	«Вот как мы умеем!»	
1 неделя	«Дрессированные мячи»	Совершенствовать технику упражнений с мячами и на мячах, путем усложнения заданий.
2 неделя	«Импровизация»	Развивать фантазию у детей, связанной с выполнением физических упражнений с использованием мячей.
3 неделя	«Королевство волшебных мячей»	Проведение сюжетного занятия «Королевство волшебных мячей». Закреплять выполнение упражнений «фитбол-аэробики»
4 неделя	«Звезда фитбола»	Повторение изученного материала.

Второй год обучения (подготовительная группа)

<i>Дата</i>	<i>Тема</i>	<i>Содержание</i>
Сентябрь	Знакомство со свойствами мяча	
1 неделя	«Что такое «фитбол»?»	Закреплять знания о свойствах фитбольного мяча. Беседа «Мой веселый звонкий мяч!»
2 неделя	«Как правильно падать?»	Закреплять и совершенствовать умения самостраховки. Беседа «Как правильно падать?»
3 неделя	«Чувство мяча»	Совершенствовать правильную посадку на неподвижном мяче.
4 неделя	«Не зацепи»	Совершенствовать выполнение движений, используя фитбольные мячи в качестве ориентиров.
Октябрь	«Правильно выполняем»	
1 неделя	«Мой веселый звонкий мяч»	Совершенствовать прыжки на мяче, не отрывая стопы от пола
2 неделя	«Хорошо сидим»	Закреплять умение правильно выполнять базовые движения при выполнении упражнений в исходном положении, сидя.
3 неделя	«На животике»	Совершенствовать умение правильно выполнять базовые движения в исходном положении, лежа животом на мяче.
4 неделя	«На спинке»	Совершенствовать умение правильно выполнять базовые движения в исходном положении, лежа спиной на мяче.
Ноябрь	«Логоритмика»	
1 неделя	«Дышим правильно»	Закреплять дыхательные упражнения на мячах.

2 неделя	«Гласные - прекрасные»	Закреплять игровые упражнения для дифференциации гласных звуков.
3 неделя	«Класные согласные»	Закреплять игровые упражнения для дифференциации согласных звуков.
4 неделя	«Дышим правильно»	Закреплять комплексы дыхательной гимнастики.
Декабрь	«Укрепляем мышцы»	
1 неделя	«Плечики и ручки»	Совершенствовать умение выполнять упражнения для укрепления мышц плечевого пояса и рук
2 неделя	«Животик»	Совершенствовать умение выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
3 неделя	«Спинка»	Совершенствовать умение выполнять упражнения для укрепления мышц спины
4 неделя	«Ножки»	Совершенствовать умение выполнять упражнения для укрепления мышц сводов стоп
Январь	«Ловкие, умелые»	
	«Вот так ручки, вот так ножки!»	Увеличивать амплитуду движений в суставах рук и ног
	«Перекались»	Совершенствовать приемы переходов из одного положения в другое.
Февраль	«Играя, играй!»	
1 неделя	«Не спеши»	Закреплять правила подвижных игр малой интенсивности с использованием мячей
2 неделя	«Играй, играй, мяч не теряй»	Закреплять правила в подвижных играх высокой интенсивности с использованием мячей
3 неделя	«Быстрее, выше, сильнее»	Закреплять правила в подвижных играх, соревновательной направленности
4 неделя	«Катись, катись»	Закреплять правила в играх-эстафетах с использованием проката мячей
Март	«Танцуй»	
1 неделя	«Гимнастика»	Совершенствовать у детей чувство ритма. Комплекс упражнений под музыку «Ушастый нянь».
2 неделя	«Ритмика»	Совершенствовать и закреплять у детей танцевально-ритмическую направленность. Комплекс «Две подружки».
3 неделя	«Коррекция»	Совершенствовать и закреплять комплекс профилактико - корригирующей направленности. Комплекс «Белоруска».

4 неделя	«Атлетика»	Совершенствовать комплекс общеукрепляющей направленности. Комплекс «Мама-квочка»
Апрель	«Наши помощники»	
1 неделя	«Гимнастическая стенка»	Совершенствовать у детей умение выполнять динамические упражнения на мячах с использованием гимнастической стенки.
2 неделя	«Мешочки»	Совершенствовать «чувство равновесия» при помощи использования «набивных» мешочков.
3 неделя	«Ориентиры»	Совершенствовать умение выполнять прокатывания и отбивания мячей, используя ориентиры.
4 неделя	«Колечки»	Совершенствовать «чувство равновесия» при помощи использования спортивных колец.
Май	«Вот как мы умеем!»	
1 неделя	«Дрессированные мячи»	Совершенствовать техники работы с мячами и на мячах, путем усложнения заданий.
2 неделя	«Импровизация»	Развивать фантазию у детей, связанную с выполнением физических упражнений с использованием мячей.
3 неделя	«Королевство волшебных мячей»	Проведение сюжетного занятия Закрепление выполнений упражнений «фитбол-аэробики»
4 неделя	«Звезда футбола»	Повторение изученного материала.

Программой предусмотрено проведение педагогического мониторинга в начале года, а также промежуточная аттестация воспитанников. Проведение итоговой аттестации не предусмотрено. Мониторинг используется с целью оптимизации образовательного процесса.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРММЫ

5.1 Организации образовательного процесса

Программа реализуется во время организованной совместной образовательной деятельности - занятия по футболу; во взаимодействии с семьями воспитанников.

Совместная деятельность строится на:

- субъектной (партнерской, равноправной) позиции взрослого и ребенка;
- диалогическом (а не монологическом) общении взрослого с детьми;
- продуктивном взаимодействии ребенка со взрослыми и сверстниками;

- партнерской формой организации образовательной деятельности (возможностью свободного размещения, перемещения, общения детей и др.).

В режимных моментах воспитателями старшей и подготовительной групп осуществляется работа по углублению представлений детей, полученных на занятиях по футболу (как по подгруппам, так и индивидуально).

Взаимодействие с семьей.

Родители детей старшей и подготовительной групп активно привлекаются к совместной работе:

- размещаются консультации и актуальная информация в родительский уголок;

- реализуются творческие и исследовательские проекты;

- организовываются досуги «Мама, папа, я – спортивная семья».

Взаимодействие с социальными партнёрами

- экскурсии в СОШ с. Рождествено – тренажерный зал; реализация совместных проектов.

5.2 Форма и режим занятий

В специально оборудованном помещении – физкультурном зале проводятся организованные занятия с подгруппой детей один раз в неделю, во второй половине дня. Продолжительность образовательной деятельности:

- в старшей группе: 25 минут;

- в подготовительной группе: 30 минут.

Также организуется индивидуальная работа с детьми.

Формы работы с детьми

- организованные занятия (подгрупповые, индивидуальные)
- показ упражнений
- беседа
- инструктаж по технике безопасности
- просмотр презентаций, альбомов
- участие в соревнованиях

5.3. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Программа реализуется в отдельном помещении – физкультурном зале. Имеется всё необходимое оборудование для занятий на футбол-мячах.

Образовательный процесс организуется в соответствии с:

- санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;
- правилами техники безопасности;
- требованиями, предъявляемыми к средствам обучения и воспитания детей дошкольного возраста (учет возраста и индивидуальных особенностей развития детей);
- требованиями к оснащённости помещений.

Принципы построения предметно-развивающей среды:

- дистанции,
- позиции при взаимодействии;
- активности,
- самостоятельности, творчества;
- эмоциональности,
- индивидуальной комфортности и эмоционального благополучия каждого ребенка и взрослого.

5.4 Взаимодействие с семьями воспитанников

Семья является институтом первичной социализации и образования, который оказывает большое влияние на развитие ребенка в раннем и дошкольном возрасте. Взаимодействие с семьей в духе партнерства является предпосылкой для обеспечения полноценного развития ребенка, позволяет объединить усилия и обеспечить преемственность и взаимосвязь в образовании и воспитании.

Формы работы с родителями

- просвещение родителей по организации работы с фитболами;
- родительские собрания;
- индивидуальные и групповые консультации;
- папки-передвижки;
- мастер-классы, досуги «Мама, папа, я - спортивная семья»;
- открытие мероприятия;
- соревнования и др.

5.5 Средства обучения

Технические средства

1. мультимедийная система
2. ноутбук
3. флэшкарты

Оборудование и материалы

1. Фитболы диаметром 40-65 см
2. маты
3. физкультурное оборудование
4. конспекты занятий
5. журнал по технике безопасности

Мячи хранятся в специально установленном месте, вдали от источников тепла (батарей) и воздействия прямых солнечных лучей

Учебно-методические материалы

1. Евдокимова Е.А. Фитбол-гимнастика в оздоровлении организма / Е.А. Евдокимова, Е.Ю. Клубкова, М.Д. Дидур.- СПб,2000
2. Казакевич Н.В., Кузьмина С.В. Фитбол-гимнастика, как средство развития координационных способностей у дошкольников 5-7 лет с общим недоразвитием речи. СПб. РГПУ им А.И. Герцена, 2011.
3. Кузьмина С.В. Возможности применения фитболов в различных оздоровительных занятиях с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. СПб. РГПУ им А.И.Герцена,2010
4. Потапчук А.А., Т.С. Овчинникова «Двигательный игротренинг для дошкольников» / СПб.: Речь, 2002.-476с.
5. Сайкина Е.Г. Фитбол-аэробика и классификация ее упражнений // Теория и практика физической культуры.- 2004.-07.-С. 43-46
6. Сайкина Е.Г., Кузьмина С.В. Программа по фитбол – аэробике для детей дошкольного и младшего школьного возраста «Танцы на мячах» СПб.: РГПУ им А.И. Герцена, 2006.
7. Сайкина Е.Г., Кузьмина С.В. Структура оздоровительно- коррекционных программ для детей по фитболу «Танцы на мячах», СПб.: РГПУ им А.И. Герцена, 2005
8. Сайкина Е.Г., Кузьмина С.В. Программно-методическое обеспечение занятий фитболаэробикой с детьми, СПб.: РГПУ им А.И. Герцена, 2011
9. Хухлаева Д. В. "Занятия по физической культуре". Кн. Для воспитателя детского сада. – М., 1992. – 38с.
10. Чепурных О. В. "Физическое воспитание". Учеб. пособ. – М., 1987. – 418с.
11. Шебеко В.Н. и Ермак Н.Н. Шишкина В.А. Физическое воспитание дошкольников, 3-и издания, - М.,1998. – 112с.
12. Шишкина В.А. Движение + движения: Кн. для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1992. – 96 с.
13. Юрко Г.П. "Методические рекомендации для физкультурно – оздоровительных занятий". Метод. пособ. – М., 1985. – 45с.
14. Янкелевич Е. От трёх до семи. "Физкультура и спорт". Метод.пособ. – М., 1977. – 69с.

