

# ПРОЕКТ « ФИТБОЛ - ДЕТЯМ »



**Цель :** содействие всестороннему развитию личности ребёнка, укрепление здоровья и приобщение к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

1. Формировать у воспитанников потребность к ежедневным занятиям физической культурой.
2. Развивать активность в творческой и двигательной деятельности у детей.
3. Совершенствовать двигательную сферу ребёнка, увеличивая запас двигательных навыков детей за счёт разучивания упражнений с использованием фитбола.
4. Формировать навык правильной осанки при уменьшении площади опоры на фитболе.
5. Развивать коммуникативную и эмоционально-волевою сферу.

# *Классификация упражнений с футболом*





## Мяч как предмет, как утяжелитель





## Мяч как опора



## Мяч как препятствие





## Мяч как амортизатор, тренажер





## Работа с родителями

- Совместные спортивные мероприятия
- мастер-класс по фитбол-гимнастике
- Информационный материал ( буклеты, памятки, рекомендации...)



## Ожидаемые результаты

### **Воспитанник знает:**

- новые упражнения с фитболом;
- новые игры с фитболом;
- несколько способов использования фитбола в самостоятельной деятельности.

### **Воспитанник умеет:**

- выразительно выполнять музыкально-ритмические движения;
- самостоятельно организовать игру с фитболом;
- проявлять творчество при самостоятельных упражнениях с фитболом;
- сохранять устойчивое равновесие;



## Результативность внедрения проекта « ФИТБОЛ - ДЕТЯМ »

- Улучшилась динамика показателей уровня развития физических качеств дошкольников.
- Реализация проекта способствует повышению двигательной активности детей, что благоприятно влияет на состояние здоровья, ведёт к снижению заболеваемости .



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

