

## **Аннотация к рабочей программе «Грация» для детей 6-7 лет**

**Рабочая программа «Грация» физкультурно-спортивной направленности (гимнастика).** – Каменск-Уральский городской округ. – 2023 г.

В рабочей программе дана классификация гимнастических упражнений и упражнений на снарядах, приведена характеристика основных физических качеств и упражнения на их развитие, а также упражнения на расслабление и восстановление организма.

Кроме того, в программе приводятся критерии оценки общей и специальной физической подготовки, и рекомендации по технике безопасности на занятиях по спортивной гимнастике.

Программа адресована инструкторам по физической культуре и тренерам – преподавателям в детском саду.