

**Аннотация к рабочей программе
педагога дополнительного образования Никоновой В.С.,
реализующей дополнительную общеразвивающую программу «БОС - Здоровье»
(для работы с детьми 5-7 лет)**

Настоящая программа «БОС - здоровье» предназначена для выработки диафрагмально-релаксационного дыхания (ДРД) с максимальной дыхательной аритмией сердца (ДАС) по методу биологической обратной связи (БОС).

Биологическая обратная связь - методика, позволяющая людям наблюдать и контролировать функции своего тела с помощью систем объективной регистрации этих функций. Человеку, с помощью электронных приборов (БОС) мгновенно и непрерывно предоставляется информация о физиологических показателях деятельности его внутренних органов посредством световых или звуковых сигналов обратной связи. Опираясь на эту информацию, человек может научиться произвольно изменять эти параметры в обычных условиях.

Направления применения:

- профилактика и лечение заболеваний дыхательной, сердечно - сосудистой и нервной систем;
- профилактика и лечение речевых нарушений;
- повышение эффективности обучения;
 - коррекция поведения детей с «гиперактивностью и дефицитом внимания»; оздоровление организма в целом.

Цель Программы:

Формирование диафрагмального типа дыхания у ребенка; формирование, совершенствование и коррекция речи и функционального состояния у детей дошкольного возраста с помощью биологической обратной связи.

Задачи Программы:

Обучающие:

- Формирование и развитие удлиненного, плавного выдоха;
- Формирование и развитие навыка нервно-мышечного расслабления;

Развивающие:

- Развитие мотивации по формированию правильного дыхания;
- Повышение уровня концентрации внимания и успеваемости;
- Поэтапное формирование и тренировка новых навыков артикуляции, фонации;
- Овладение просодическими компонентами речи;
- Профилактика нарушений функционирования голоса и речи;
- Показание общеукрепляющего и оздоравливающего воздействия на организм ребенка в целом.

Воспитательные:

- Воспитание интереса к занятиям
- Купирование тревоги, страхов, звукофобий, логофобий и социофобий;
- Преодоление коммуникативных барьеров, повышение самооценки.