

**АННОТАЦИЯ К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК»**

Программа «Здоровый ребенок» имеет физкультурно-спортивную направленность и направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, с учётом возможностей и состояния здоровья детей, расширение функциональных возможностей развивающегося организма, овладение ребёнком базовыми умениями и навыками в разных упражнениях.

Программа предназначена для детей дошкольного возраста от 3 до 7-8 лет.

**Программа состоит из четырех образовательных модулей. Каждый модуль рассчитан на 1 год обучения. Таким образом, полный срок реализации Программы - 4 года.**

Программа реализуется в форме кружковой работы, охватывает детей младшей, средней, старшей и подготовительной групп.

С учетом жизненной ситуации ребенка сроки освоения образовательной Программы могут быть сокращены. Содержание образовательной Программы адаптируется под особенности ребенка в индивидуальных формах работы, при активном участии родителей (лиц их заменяющих).

**Обучение по программе ведется на русском языке.**

**Объем программы** – 6480 часов/4 года обучения, рассчитан на 36 недель в год, с недельной нагрузкой – 2 раза в неделю. Форма организации занятий – групповая (по возрастам). Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4 лет - не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет - не более 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет - не более 30 минут.

**Цель программы:** содействие сохранению и укреплению здоровья, всестороннему развитию личности дошкольника.

Для достижения поставленной цели первостепенное значение имеют следующие **задачи:**

1. Укрепление здоровья:

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- формировать правильную осанку;
- содействовать профилактике плоскостопия;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

2. Совершенствовать психомоторные способности дошкольников:

- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, перцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;
- развивать крупную и мелкую моторику.

3. Развивать творческие и созидательные способности воспитанников:

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- формировать навыки самостоятельного выражения движения;
- воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Решение обозначенных в программе целей и задач воспитания возможно только при целенаправленном влиянии педагога на ребенка с первых посещений им занятий. От педагогического мастерства педагога, его культуры, любви к детям зависят уровень общего развития, которого достигнет ребенок, и степень приобретенных им нравственных качеств. Заботясь о здоровье и всестороннем воспитании детей, педагоги совместно с семьей должны стремиться сделать счастливым детство каждого ребенка.

#### **Содержание программы:**

Методологической основой дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Здоровый ребенок» является программа «Зеленый огонек здоровья», автор Картушина М.Ю. –М: «Сфера», 2007

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придает воспитательно-образовательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и усвоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

**Этапы программы:** подготовительный, диагностический, основной, итоговый.

**1 этап:** подготовительный.

- определение целей и содержания работы с воспитанниками, разработка программы и подбор инструментария для мониторинга по выявлению уровня сформированности навыков детей.

**2 этап:** Динамика развития ребенка.

**3 этап:** Основной.

- организация непрерывной образовательной деятельности согласно перспективному тематическому плану;

- работа с родителями по данному направлению: беседы, консультации, памятки.

**4 этап:** итоговый.

- отслеживание динамики развития ребенка.

В пределах одного занятия виды деятельности могут несколько раз меняться. Это способствует удержанию внимания детей и позволяет избежать их переутомления.

Чередование различных видов работы способствует профилактике переутомления ребенка, концентрации его внимания.

Структура образовательной деятельности включает в себя:

1. Организационный момент (приветствие)
2. Основная часть с игровыми элементами
3. Заключительный момент (итог)

#### **Планируемые результаты освоения Программы:**

Результатами освоения программы являются целевые ориентиры дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- владеет навыками ритмической ходьбы, умеют выполнять простейшие построения и перестроения;
- хорошо ориентируется в зале при проведении подвижных игр и умеет представить различные образы;

- владеет навыками по различным видам передвижений по залу, и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих движениях;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- знает правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов.

**Результатами освоения программы детьми первого года обучения** (младшего дошкольного возраста, 3-4 года) являются следующие знания, умения и навыки: знают назначение спортивного зала и правила поведения в нем; умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу; умеют выполнять комплексы упражнений, в том числе направленных на профилактику искривления осанки и плоскостопия, дыхательную гимнастику, овладевают навыками основных видов движения, умеют в подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.), соблюдать правила игр.

**Результатами освоения программы детьми второго года обучения** (среднего дошкольного возраста, 4-5 лет) являются следующие знания, умения и навыки: знают о назначении отдельных физических упражнений; умеют выполнять простейшие построения и перестроения; умеют выполнять комплексы упражнений, в том числе направленных на профилактику искривления осанки и плоскостопия, комплексы дыхательных упражнений, уверенно владеют навыками основных видов движения, знают достаточно количество подвижных игр, соблюдают правила игр.

**Результатами освоения программы детьми третьего года обучения** (старшего дошкольного возраста, 5-6 лет) являются следующие знания, умения и навыки: знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами; владеют знаниями о значении правильной осанки, следят за осанкой в повседневной деятельности, владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих упражнениях, умеют исполнять двигательные задания по креативной корригирующей гимнастике, умеют самостоятельно организовывать совместные подвижные игры, выполнять комплексы упражнений.

**Результатами освоения программы детьми четвертого года обучения** (подготовительного к школе возраста, 6-7-8 лет) являются следующие знания, умения и навыки: знают о правилах личной гигиены при занятиях физическими упражнениями; могут хорошо ориентироваться в зале при проведении подвижных игр; умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений; двигательные задания по креативной корригирующей гимнастике, обладают силовой и общей выносливостью мышц туловища; имеют развитые координационные способности, обладают способностью и потребностью самостоятельно заниматься упражнениями лечебной гимнастики с целью укрепления здоровья и физического совершенствования.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575935

Владелец Волкова Людмила Анатольевна

Действителен с 27.04.2021 по 27.04.2022