**Аннотация к дополнительной общеобразовательной программе**

**физкультурно-оздоровительной направленности «Здоровей-ка»**

**для детей от 3 до 7 лет.**

Программа общеразвивающего дополнительного образования детей «Здоровей-ка», разработана с учетом целей и задач основной образовательной программы ДОУ.

В программе определены развивающие, образовательные и воспитательные задачи, здоровьесберегающие технологии для решения этих задач, условия и средства, обеспечивающие формирование здоровья и здорового образа жизни дошкольников.

Программа «Здоровей-ка» направлена на профилактику и коррекцию функциональных отклонений со стороны опорно-двигательного аппарата у детей.

***Актуальность*** программы базируется на аналитических данных состояния здоровья и уровня физического развития воспитанников ДОУ и опирается на необходимость введения технологий нового поколения оздоровления дошкольников.

***Педагогическая целесообразность*** заключается в сочетании методических подходов, опирающихся на традиционные разработки в области физического воспитания дошкольников, с современными технологиями обеспечения здоровья.

***Цель программы:*** Формирование правильной осанки и профилактика плоскостопия с детьми дошкольного возраста в процессе коррекционно-оздоровительной работы.

***Задачи:***

1. **Развивающие:**

* Развивать и корректировать стопы, укреплять связочно-суставной аппарат.
* Формировать двигательные действия, обеспечивающие укрепление поперечного и продольного свода стоп, мышц ног с использованием физкультурного инвентаря.
* Обучать переносить тяжесть тела при обычной ходьбе на внешние края стоп, обращая внимание на правильную осанку, на параллельную постановку стоп.
* Использовать физические упражнения из положения сидя, стоя, чередуя расслабление мышц с напряжением (бёдра, голени, своды стопы, большого пальца стоп).

1. **Образовательные:**

* Укреплять физическое и психическое здоровье ребёнка.
* Развивать физические качества личности: силу, выносливость, гибкость.
* Обучать элементарным приёмам самомассажа (растирание, разминание, поглаживание и др.) подошвенной поверхности стопы, мышц голени, голеностопного сустава и мышц бедра.
* Формировать представления о правильной походке, осанке, умении её контролировать; о значимости (полезности) физических упражнений, направленных на укрепление свода стопы.
* Формировать представление о соблюдении ЗОЖ для укрепления стоп.

1. **Воспитательные:**

* Воспитывать у детей привычку сохранять, контролировать красивую, правильную осанку, походку.
* Использовать разнообразные приёмы в развитии интереса у ребёнка к двигательной активности на занятиях.
* Способствовать проявлению самостоятельности в уборке физкультурного инвентаря, бережного отношения к нему.
* Воспитывать интерес к занятиям, потребности выполнять спортивные движения.

***Отличительной особенностью*** данной программы является то, что ее разработке предшествовало изучение специальных медико-педагогических источников литературы, анализ современных здоровьесберегающих технологий, апробация оригинальных идей, обобщение опыта оздоровительно - профилактической работы с детьми в условиях ДОУ.

Программа рассчитана на детей в возрасте от 3 до 7 лет.

***Сроки реализации*** дополнительной образовательной программы – 1 год.