

**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).

2. 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.

3. 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.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575822

Владелец Стародуб Людмила Михайловна

Действителен с 02.03.2021 по 02.03.2022