

## **Аннотация к дополнительной общеобразовательной программе «Спортивная секция «Здоровый малыш»»**

*Направленность:* физкультурно-спортивная. *Срок реализации:* 2 года. *Предназначена* для детей старшего дошкольного возраста (старшая, подготовительная к школе группы).

Данная программа направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей детей дошкольного возраста в нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени. «Спортивная секция «Здоровый малыш»» является дополнительной общеобразовательной программой, которая определяет содержание и организацию дополнительной образовательной деятельности в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении – детский сад компенсирующего вида № 411.

### **Актуальность.**

Высочайшие темпы развития общества предъявляют все более высокие требования к человеку и его здоровью, но в последние годы наблюдается заметное ухудшение состояния здоровья детей. Это обусловлено многими факторами. Помимо неблагоприятных климатических особенностей, на здоровье детей отрицательно влияют ухудшение экологической обстановки, электронное облучение (компьютерные игры, длительный просмотр телевизора), неправильный образ жизни семьи. К актуальным проблемам детского здоровья относятся: - гиподинамия, нарушение функций опорно-двигательного аппарата, (*плоскостопие, деформация стопы*) кровообращения, дыхания, пищеварения; - детские стрессы – нервные расстройства вследствие отрицательной психологической обстановки в семье, излишнего шума и нервности в детском коллективе; - тревожность – недостаток эмоциональной поддержки в детском саду и семье. По результатам проведенного опроса среди родителей воспитанников МБДОУ только 35% семей совершают регулярные прогулки на свежем воздухе, 15% - регулярно выполняют утреннюю гимнастику, 10% - занимаются спортом. 85% семей высказались за проведение дополнительной общеобразовательной деятельности физической направленности с детьми.

Дополнительная общеобразовательная программа «Спортивная секция «Здоровый малыш»» Составитель: Харинова О.Ю., заместитель заведующего по воспитательной и методической работе. Направленность: физкультурно-спортивная. Срок реализации: 2 года. Предназначена для детей старшего дошкольного возраста (старшая, подготовительная к школе группы).

Новизна и ценность дополнительной общеобразовательной программы «Спортивная секция «Здоровый малыш»» состоит в том, что они усиливают содержательную составляющую образовательной программы ДООУ по физическому развитию и способствуют практическому приложению умений и навыков, а также расширяют возможности успешной адаптации детей с ОВЗ к современному обществу.

Данная программа включает новое направление в здоровьесберегающей технологии: фитнес - аэробику, в основе которой лежат двигательные действия, поддерживающие на определенном уровне работу сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной систем.

Нормативной базой разработки дополнительной общеобразовательной программы «Спортивная секция «Здоровый малыш»» являются:

- ☐ Конвенция о правах ребенка ООН;
- ☐ Федеральный закон № 273-ФЗ от 29.12.2012г. «Об образовании в Российской Федерации»;
- ☐ Закон Российской Федерации «О защите прав потребителей»;
- ☐ Постановление Главного государственного врача РФ от 15.05.2013 № 26 «Об утверждении СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- ☐ Постановление Правительства Российской Федерации от 7 февраля 2011 г. № 61 «Федеральная целевая программа развития образования на 2011 - 2015 годы»;
- ☐ Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения – детский сад компенсирующего вида № 411.

При создании программы были использованы авторские методические разработки: А.А. Матяшина «Образовательная программа «Путешествие в страну «Хореография»»; Аверина И.Е. «Физкультурные минутки и динамические паузы в ДООУ». Крючек Е.С. «Аэробика: содержание и методика оздоровительных занятий», Муллаева Н.Б. «Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников, Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика» и др.

Цель, задачи и принципы реализации дополнительной общеобразовательной программы:

Целью данной программы является: разностороннее развитие детей, сохранение и укрепление здоровья, формирование положительной устойчивой мотивации к занятиям спортом, развитие физических и нравственных качеств личности. Достижению поставленной цели способствует решение следующих задач:

- ☐ укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе поддерживать их эмоциональное благополучие через базовую технику фитнес - аэробики;
- ☐ совершенствовать физические качества: координацию движений, гибкость, равновесие под музыкально-ритмическое сопровождение;
- ☐ удовлетворять потребности дошкольников в занятиях по интересам;
- ☐ способствовать развитию опорно-двигательного аппарата;
- ☐ формировать общую культуру личности воспитанников, в том числе ценностей здорового образа жизни;
- ☐ формировать представления о виде спорта: «фитнес - аэробика».

Принципы создания программы:

- ☐ Доступность:
  - учёт возрастных особенностей;
  - адаптированность материала к возрасту детей.
- ☐ Систематичность и последовательность:
  - постепенная подача материала от простого к сложному;
  - частое повторение усвоенных упражнений и комплексов.
- ☐ Наглядность;
- ☐ Динамичность:
  - интеграция программы в разные виды деятельности.
- ☐ Дифференциация:
  - учёт возрастных особенностей;
  - учёт по половому различию;
  - создание благоприятной среды для усвоения норм и правил здорового образа жизни каждого ребенка.

Наполняемость группы детей для занятий по программе дополнительного образования составляет 10 человек. Комплектование групп детей для занятий по дополнительной общеобразовательной программе «Спортивная секция «Здоровый малыш»» осуществляется на основании принципов равенства граждан в праве на получение образования при обязательном обеспечении пропорциональности полового и возрастного составов комплектуемых групп.

Планируемые результаты.

Дети, освоившие эту программу, будут:

- знать правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами;
- владеть навыками различных передвижений, приобретут определённый «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- владеть основами хореографии, передавать характер музыкального произведения в движении;
- уметь исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку; а также двигательные задания по креативной гимнастике;
- ознакомятся с техникой выполнения простейших элементов фитнес - аэробики;
- участвовать в показательных выступлениях.

Планируемые результаты после 1-го года обучения:

- овладеют и совершенствуют основные виды движений: ходьбу, бег, прыжки, равновесие под ритмическую музыку;
- освоят упражнения «Весёлого тренинга» и пальчиковую гимнастику;
- выполняют ритмические танцы и комплексы фитнес упражнений под музыку;
- совершенствуют умение в музыкально-подвижной игре представлять различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и др.);
- узнают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики;
- совершенствуют умение ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.

Планируемые результаты после 2-го года обучения:

- освоят основные позиции рук и ног в хореографии;
- будут выполнять простейшие базовые шаги: ходьба, подъём колена (неап), выпад (ланч), бег, прыжки ноги врозь – вместе;
- смогут выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения;
- знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами;
- знают о том, как заботиться о своём здоровье;
- овладеют навыками по различным видам передвижений по залу;
- приобретут определённый «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- смогут передавать характер музыкального произведения в движении (весёлый, грустный, лирический и др.);
- овладеют основными хореографическими упражнениями;
- освоят технику элементов фитнес - аэробики;
- будут уметь исполнять танцевальные композиции с включением базовых шагов и элементов фитнес – аэробики.

Освоение дополнительной общеобразовательной программы дошкольного образования не сопровождается проведением промежуточной и итоговой аттестации.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575780

Владелец Юрьевских Вероника Борисовна

Действителен с 23.07.2021 по 23.07.2022