

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад
№300 Дзержинского района Волгограда»

Программа рассмотрена и одобрена
на заседании педагогического совета
МОУ д/с №300
протокол № 1 от «30» августа 2018 г



**Авторская программа кружка
«Здоровячок»**
физкультурно-оздоровительного направления

Срок реализации: 1 год

Возраст: 5-6 лет

Автор-составитель:
инструктор по физической культуре
МОУ д/с №300
Шляпцева Анна Владимировна

Волгоград 2018 г.

Направленность программ:

По содержанию - физкультурно-оздоровительная.
По функциональному предназначению - специальная.
По форме организации - кружковая.
По времени организации - годичная.

Разработана в соответствии с основной образовательной программой учреждения, соответствующей действующим нормативным документам (Федеральному закону от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным государственным образовательным стандартам дошкольного образования, Постановлению Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. № 26 г. Москва от "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологическим требованиям к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций").

Новизна:

Впервые для детей и их родителей введены теоретические сведения о самомассаже, парном и точечном массаже, приемах физиологического и психологического расслабления, дополнительные приемы формирования на профилактику плоскостопия и сколиоза. Эти практические приемы закрепляются детьми на других занятиях, а также в совместной со взрослыми и самостоятельной деятельности. Игровой подход в работе с детьми позволяет ненавязчиво формировать у них осознанное отношение к своему здоровью без лишнего настаивания и длительных, утомительных тренировок. Применяемые физические упражнения просты и доступны для выполнения, не вызывают побочного воздействия, а проводимые в игровой форме занятия становятся более интересными, повышают эмоциональное состояние ребенка, его физические возможности, также мягко корректируют имеющиеся нарушения опорно-двигательного аппарата.

Расширена работа с родителями, проводятся семинары раскрывающие значение, историю, методы и приемы массажа, дополнены практическими приемами оздоровления, упражнениями на профилактику плоскостопия и сколиоза.

Актуальность:

Человек – высшее творение природы. Но для того чтобы наслаждаться ее сокровищами, он должен отвечать по крайней мере одному требованию: быть здоровым и дружить со спортом.

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье — естественное состояние организма, характеризуемое его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений; состояние полного телесного, психического, социального и духовного благополучия.

Дошкольный период — чрезвычайно важный этап в жизни ребенка. Ребенок рождается беспомощным, обладающим единственной способностью — всему научиться со временем. Он не рождается с готовым набором движений, а осваивает их в процессе жизни. Обучение движениям оказывает влияние на здоровье, общее физическое развитие, развитие познавательных способностей, волевых качеств, эмоциональности ребенка, т.е. на его внутренний мир. Способствует гармоничному развитию личности, совершенствованию как физических, так и психических, интеллектуальных, духовно-нравственных качеств.

Обучаясь движениям, ребенок приобретает знания, необходимые для его сознательной двигательной деятельности, приобретает опыт их реализации, в том числе творческой.