

**Краткая аннотация**  
**дополнительной общеразвивающей программы**  
**физкультурно-спортивной направленности**  
**«Спортландия»**

**Актуальность.** Современные дети испытывают “двигательный дефицит”, т.е. количество движений, производимых ими в течении дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что в детском саду и дома дети большую часть времени проводят в статическом положении (за столами, играя в тихие дидактические игры). К сожалению, сейчас дети стали меньше и хуже играть. Особенно сократились по продолжительности, и по количеству подвижные игры детей. Современные дети большую часть времени проводят с гаджетами в руках. В отличие от взрослых, двигательная активность детей является их основной потребностью и толчком к развитию. Дети очень подвижны и активны, поэтому им просто необходимо периодически «выпускать пар». В настоящее время недопустимо ограничивать двигательную активность дошкольников только занятиями физической культурой. Гиподинамию можно полностью ликвидировать применением комплекса средств физического воспитания.

Новизна программы заключается в применении нетрадиционных средств физического воспитания детей: креативной гимнастики, игрового стретчинга, детской йоги, музыкально-подвижных игр, игр-путешествий. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму.

Программа составлена в соответствии с нормативно - правовыми документами, регламентирующими задачи, содержание и формы организации педагогического процесса в ДОУ.

**Цели и задачи освоения программы**

**Цель программы** – содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами физических упражнений и подвижных игр.

**Задачи программы:**

*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. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:*

Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, проприоцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;

Содействовать развитию внимания согласовывать движения с музыкой.

*3. Развитие творческих и созидательных способностей занимающихся:*

Развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор; развивать самостоятельность,

лидерство, инициативу, чувство товарищества, трудолюбия и взаимовыручки.

### **Принципы и подходы к формированию программы**

*Принцип осознанности и активности.* Обеспечивает формирование устойчивого интереса и осмысленного отношения к деятельности, формирование самостоятельности, самоконтроля.

*Принцип наглядности.* Обеспечивает направленное воздействие на функции сенсорных систем.

*Принцип доступности и индивидуальности.* Обеспечивает последовательное соблюдение методических условий доступности, а также правильное использование средств и методов с учетом индивидуальных различий в степени подвижности. Важность соблюдения данного принципа определяется тем, что неадекватная нагрузка является угрозой здоровью занимающихся детей.

*Принцип непрерывности физического воспитания.* Обеспечивает перманентную преемственность эффекта занятий и закрепление в памяти занимающихся детей доступного уровня владения двигательными действиями.

*Принцип цикличности построения системы занятий.* Отражает структурную упорядоченность процесса двигательного развития и определяет повторяемость знаний и их серий.

Программа основана на следующих подходах:

*1) Динамичного, развивающего и личностно – ориентированного обучения.* Данный подход предполагает:

- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником образовательных отношений;
- разностороннее, свободное и творческое развитие каждого ребёнка, реализация их природного потенциала, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий развития воспитанников;
- целостное развитие дошкольников и готовность личности к дальнейшему развитию;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- психологическая защищённость ребёнка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации;
- развитие ребёнка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями, создание условий для воспитания и обучения каждого воспитанника с учётом индивидуальных особенностей его развития (дифференциация и индивидуализация).

*2. Системно-деятельный подход предполагает:*

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий детей в различных видах деятельности, организация детской деятельности, в

процессе которой они самостоятельно делают «открытия», узнают новое путём решения проблемных задач;

- креативность – «выращивание» у воспитанников способности переносить полученные знания в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и поощрять потребность детей самостоятельно находить решения нестандартных задач и проблемных ситуаций;

- овладение культурой – приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества, государства, обеспечить способность ребенка ориентироваться в мире и действовать (или вести себя) в соответствии с интересами и ожиданиями других людей, социальных групп, общества и человечества в целом.

### **Планируемые результаты освоения программы**

Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по данной программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, способствуют формированию представлений о здоровом образе жизни.

Реализация программы формирует:

- применение правил безопасности и личной гигиены при занятиях физической культурой и спортом;
- физические качества: бросать и ловить мяч (двумя руками сверху, снизу, из-за головы); согласовывать свои движения с действиями товарищей в командных видах (эстафеты, игры, игровые задания); метать мяч в корзину, баскетбольный щит, кольцо; овладеть простейшим ведением мяча;
- осознанное применение различного спортивного инвентаря;
- навыки работы в команде: применение правил основных подвижных игр, действовать по сигналу воспитателя.