

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Государственное бюджетное учреждение Свердловской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо»

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо»
протокол от 11.12.2023 № 3

УТВЕРЖДАЮ
директор ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо»
И.В. Пестова
« 11 » декабря 2023



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-оздоровительной направленности
«Здоровячок»**

Автор-составитель:
Толстова Светлана Геннадьевна,
инструктор по физической
культуре

1. Пояснительная записка

1.1 Актуальность программы

Охрана и укрепление здоровья подрастающего поколения – одна из важнейших задач современного образования. Основы здоровья человека закладываются в детстве, и важную роль в этом играет физкультурно-оздоровительная работа.

Главная цель физического воспитания детей дошкольного возраста – удовлетворение их естественной биологической потребности в движении, достижение всестороннего двигательного развития. Образовательные задачи предполагают формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей, передачу простейших понятий о физической культуре и доступных знаний о спорте. Кроме того, современные программно – методические разработки (Глазыриной Л.Д., Кудрявцева В.Г., Егорова Б.Б.) нацеливают педагогов на постановку специфических проблемно – двигательных задач физического воспитания. Так, например, в процессе освоения основных движений у ребенка можно развивать различные виды памяти: эмоциональную, образную, словесную. Доказана роль физического воспитания в развитии восприятия и мышления, воображения дошкольников, расширении их познавательных возможностей и развитии интеллектуальных способностей.

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов в воспитании и развитии детей. Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, создает оптимальные условия для двигательной активности детей;

- принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально-нравственного и художественно-эстетического воспитания;

- принцип взаимосвязи физической культуры с жизнью;

- принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстраивать всю систему физкультурно-оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития;

- принцип комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой;

- принцип индивидуализации позволяет, учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирать для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений;

- принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности, чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий;

- принцип единства с семьей, предполагающий единство требований в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно-гигиенических навыков, развития двигательных навыков.

В настоящее время педагоги и психологи отмечают, что среди детей раннего и дошкольного возраста резко увеличилось количество детей, имеющих различные отклонения в психомоторном развитии. Своевременная адекватная помощь ребенку позволяет более эффективно компенсировать нарушения его психофизического и психомоторного развития и тем самым смягчить, а возможно, и предупредить вторичные отклонения.

Огромные возможности профилактики и коррекции отклонений в психомоторном развитии лежат в осознанном отношении родителей к данной

проблеме. Исследования показали, что современные родители, воспитывая детей, все больше нуждаются в помощи специалистов. Увеличивается потребность в создании комплексных коррекционно-развивающих программ, направленных на развитие двигательной сферы ребенка, а также компенсацию психофизического развития детей с отклонениями в развитии с активным участием в них родителей.

1.2 Цель программы

Цели программы:

– создание условий для коррекции, развития и совершенствования двигательных навыков, укрепление здоровья детей раннего и дошкольного возраста, в том числе и с нарушениями двигательной сферы.

1.3 Задачи программы

Задачи:

– коррекция, развитие и совершенствование навыков основных видов движений (ходьбы, бега, ползания, лазания, прыжков, катания, бросания, ловли);

– развитие физических качеств (координации, гибкости, быстроты);

– овладение подвижными играми с правилами;

– формирование навыков саморегуляции в двигательной сфере;

– информирование родителей о закономерностях физического развития ребенка и организации двигательного режима ребенка дошкольного возраста.

1.4 Участники программы

Дети в возрасте от 1,5 до 7-ми лет, в том числе и с нарушениями двигательной сферы.

1.5 Объем и продолжительность программы

Учебная программа рассчитана на 16 занятий. Продолжительность программы при 2 посещениях в неделю составляет 2 месяца.

Форма обучения очная, без использования дистанционных технологий.

1.6 Планируемые результаты освоения детьми программы

Ожидаемый результат: сохранение и укрепление здоровья детей раннего и дошкольного возраста, в том числе с нарушениями двигательной сферы; положительные изменения в развитии психомоторных качеств (координации

движений, мелкой моторики), в развитии основных видов движений (ходьбы, бега, прыжков, лазаний, бросков, ловли мяча); развитие и поддержание у детей интереса к занятиям физической культурой; повышение педагогической компетентности родителей в вопросах физического воспитания.

В ходе реализации программы оценивается уровень развития двигательных навыков, развитие координации движений.

Формами контроля реализации программы являются:

- включенное наблюдение за детьми в процессе занятий;
- проверка выполнения отдельных упражнений;
- выполнение установленных заданий.

1.7 Оценка качества освоения программы

Двигательные умения и навыки детей оцениваются по результатам наблюдения при выполнении основных видов движений (приложение № 4).

1.8 Условия реализации программы:

Материально-технические средства (МТС) физической культуры (спортивный инвентарь, оздоровительное оборудование, нестандартное оборудование):

Возраст МТС	Ранний возраст	Младший дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
Спортивное оборудование	Физкультурное оборудование, мягкие модули, мягкие игрушки, игрушки-двигатели	Комплекты оборудования для общеразвивающих упражнений, подвижных игр и игровых упражнений	Комплекты оборудования для общеразвивающих, легкоатлетических и спортивных упражнений, подвижных и спортивных игр
Нестандартное оборудование	«Ветерок в бутылочке»	«Ветерок в бутылочке», «Моталочки», «Платочки с пуговицами»	«Ветерок в бутылочке», «Моталочки», «Платочки с пуговицами», «Парашют»
Оздоровительное оборудование	Массажные коврики и дорожки, массажные мячи, фитболы		

Реализацию программы осуществляет педагог с высшим или средним профессиональным образованием по специальности или направлению подготовки «Инструктор по физической культуре», «Инструктор по физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивной физической культуре)».

1.9 Нормативно правовое обеспечение

Нормативно правовое обеспечение данной программы соответствует действующему законодательству РФ и локальным актам ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо».