

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 1 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности
по художественно- эстетическому развитию детей»

КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ

Дополнительной общеразвивающей программы
физкультурно-спортивной направленности
по футболу

«В здоровом теле – здоровая осанка!»

для детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет

Срок освоения программы 4 года

Автор- составитель:

Свечкопал Л. А.

инструктор по физической культуре

Гатчина

Краткая презентация дополнительной общеразвивающей программы

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по футболу «В здоровом теле – здоровая осанка!» реализуется секцией «Попрыгунчик» в МБДОУ «Детский сад № 1 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому развитию детей» ориентирована на детей следующих возрастных категорий:

- Младшая группа (дети от 3 до 4 лет)
- Средняя группа (от 4 до 5 лет)
- Старшая группа (от 5 до 6 лет)
- Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Форма обучения воспитанников – Очная

Формой организации образовательной деятельности являются занятия группами один раз в неделю, во вторую половину дня, с сентября по май.

Наполняемость: количество детей в группе до 15 человек.

Срок реализации программы: 4 года.

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по футболу «В здоровом теле – здоровая осанка!» разработана на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 года № 1726-р),
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 года № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Письма Ленинградской области КОПО Лен. обл. от 1 апреля 2015 года № 19- 2174/15-0-0 «О методических рекомендациях по разработке и

оформлению дополнительных общеразвивающих программ различной направленности»

- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13.

При разработке дополнительной общеразвивающей программы «В здоровом теле – здоровая осанка!» были использованы программы и пособия:

1. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. Методическое пособие для руководителей физического воспитания. Под ред. С.О. Филипповой СП-б: «ДЕТСТВО – ПРЕСС» 2005г.
2. Осанка и физическое развитие детей. Программы диагностики и коррекции нарушений. Под ред. А.А. Потапчук М.Д. Дидур СП-б: «Речь» 2001г.
3. Двигательный игротренинг для дошкольников. Под ред. А.А. Потапчук Т.С. Овчинниковой СП-б: «Речь» 2009г.
4. Занятия, упражнения и игры с мячами. Учебно-методическое пособие к Программе воспитания и обучения дошкольников с ТНР. Под ред. Т.Овчинниковой, О.Черной, Л. Баряевой. СП-б: «КАРО» 2010г.

Цель программы:

Формирование основ здорового образа жизни, его направленность на укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого ребенка.

Создание оздоровительного микроклимата, предметной среды стимулирующей двигательную активность и психологическое раскрепощение детей посредством коррекционных упражнений на фитбольных мячах.

Общие задачи:

Оздоровительные

- * охрана жизни и укрепление здоровья (обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма);
- * всестороннее физическое совершенствование функций организма;
- * повышение работоспособности и закаливание.

Образовательные

- * формирование двигательных умений и навыков;
- * развитие физических качеств;
- * овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.

Воспитательные

- * формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;
- * разностороннее гармоничное развитие ребенка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).

Частные задачи:

1.Формирование мотивации.

Воспитание сознательного отношения детей к закреплению правильного положения тела достигается применением следующих средств: разъяснительная работа с родителями, в присутствии ребенка по вопросам режима дня и условий работы и отдыха, систематические беседы с детьми для объяснения сущности имеющихся у них нарушений опорно-двигательного аппарата, способов их устранения, основных требований к режиму дня, статико-динамическому и двигательному режиму.

2.Воспитание навыков правильной осанки.

Это задача педагогическая и медицинская средствами для ее решения являются:

- тотальный и «ортопедический надзор» со стороны родителей, педагогов, сверстников и др., обеспечивающий воспитание навыков, закрепляющих правильное положение тела;
- занятия корригирующей гимнастикой, развивающие, укрепляющие и доводящие до автоматизма способность к длительному удержанию тела в правильном положении;
- применение специальных корректоров осанки;
- применение фитболов обеспечивающих быстрое и физиологическое развитие навыка.

3.Формирование «мышечного корсета».

Предполагает развитие таких качеств, как силовая выносливость мышц туловища и нижних конечностей, обеспечение нормальной внутри и межмышечной координации, поддержание физических характеристик мышечной системы. Укрепление мышц и совершенствование координации движений- необходимое условие для восстановления правильного положения тела.

4.Улучшение координации движений.

Достигается путем применения гимнастических упражнений в равновесии с мячами, упражнений на точность движений и подвижных игр. Улучшение

координации движений будет способствовать более быстрому освоению ребенком нового динамического стереотипа движений и положений.

5. Совершенствование психофизических качеств и двигательных навыков ребенка в соответствии с возрастом.

Для решения этой задачи широко используются упражнения спортивного и прикладного характера, танцевальные элементы, подвижные игры.

6. Коррекция осанки.

Эта задача решается в зависимости от имеющегося вида нарушения осанки. При этом используются корригирующие упражнения на фитбольных мячах.

Для решения всех перечисленных выше задач должны объединять свои усилия родители, педагоги и специалисты ЛФК. Однако без активного участия самого ребенка, практически ни одну задачу решить невозможно.

Принципы:

- принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный двигательный режим, создать условия для двигательной активности детей;
- принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического, умственного, социально-нравственного и художественно-эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- принцип гуманизации и демократизации который позволяет выстраивать всю систему физического воспитания детей в детском саду и занятия по фитбол-гимнастике на основе личностного подхода, предоставления выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта;
- принцип комфортности в процессе организации общения педагога с детьми и детей между собой;
- принцип индивидуализации позволяет создать гибкий режим дня и режим проведения фитбол-гимнастики учитывая индивидуальные особенности каждого ребенка, оптимальную нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности, реализуя принципы возрастной адекватности физических упражнений;
- принцип постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения фитбол-гимнастики, непрерывности и систематичности чередования нагрузки и отдыха.

Формы организации эффективного взаимодействия с семьёй:

- Индивидуальные консультации
- Оформление информационных стендов, буклетов
- Мастер – классы
- Открытые просмотры образовательной деятельности
- Родительские собрания
- Спортивно-развлекательные мероприятия