

**АННОТАЦИЯ**  
**к дополнительной общеобразовательной программе**  
**«Здоровые малыши»**

*Тип:* адаптированная

*Направленность:* физкультурно-спортивная

*Нормативный срок освоения:* 2 года

*Возраст обучающихся:* 4 – 7 лет (дошкольное звено)

Главной ценностью для человека является его здоровье. Сохранение и укрепление здоровья ребенка – одна из важных проблем нашего времени. Еще в дошкольном возрасте закладываются основы крепкого здоровья, правильного физического развития, высокой работоспособности – в эти годы происходят становление двигательной активности, а так же начальное воспитание физических качеств. В последнее время наблюдается тенденция к ухудшению состояния здоровья детей дошкольного возраста. Многие из них имеют слабое физическое развитие.

Современные дети в своем большинстве испытывают двигательный дефицит, то есть количество движений, производимых ими в течение дня, ниже их возрастных норм. При этом снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного и психического развития, нарушения быстроты, ловкости, координации движений, гибкости и силы. Все это отрицательно сказывается на общем самочувствии дошкольника.

Известно, что физкультура и спорт помогают укрепить здоровье ребенка, улучшить его физическое развитие. Кроме того, двигательная активность – это биологическая потребность ребенка. Но она не должна протекать стихийно, необходимо последовательное формирование движений. Полноценное развитие движений происходит только в том случае, когда ребенок выполняет их по собственной инициативе. Инициатива же появляется у детей в игровой деятельности – ведущей в дошкольном возрасте.

Дополнительная образовательная программа «Здоровые малыши» является адаптированной программой «Здоровье» Центра досуга и развития детей и юношества «Лефортово».

**Цель** дополнительной образовательной программы «Здоровые малыши» для детей дошкольного возраста: развитие двигательных навыков и физических качеств детей в процессе подвижных игр и игр – упражнений, а так же сопровождение и выявление ранней одаренности детей дошкольного возраста.

Исходя из цели **задачи программы** следующие:

- Развивать основные виды движений: ходьбу, бег, прыжки и т. д., помочь овладеть правильными способами их выполнения;
- Способствовать развитию физических качеств: ловкости, быстроты, глазомеру, равновесию, выносливости;
- Развивать координацию движений, общую и мелкую моторику, дыхательный аппарат;

- Способствовать развитию эмоциональной сферы, психических процессов: памяти, вниманию, мышлению и восприятию;
- Создавать условия для совместной игры;
- Воспитывать любовь и формировать привычку к здоровому образу жизни.

Занятия по программе «Здоровые малыши» проводятся два раза в неделю по 25 минут, 68 занятий в год. Программа рассчитана на два года.

Возраст детей участвующих в реализации данной программы 4-7 лет.

#### **Прогнозируемый результат.**

Воспитание здорового во всех отношениях человека. Занятия в кружковом объединении закалят и укрепят физическое и психическое здоровье детей, будут способствовать сплочению коллектива, повысят работоспособность детей, создадут хорошее настроение.

Оценка эффективности усвоения программного материала происходит на итоговых занятиях по освоенной теме. При отслеживании результатов образовательной деятельности используются такие методы как наблюдение за дошкольниками в процессе занятий и беседа с родителями.