ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «Познай себя»

Направленность: физкультурно - спортивная

Возраст учащихся: 6 - 7 лет

Срок реализации: 1 год

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Познай себя" физкультурно - спортивной направленности, ориентирована на формирование у дошкольников представлений о ценности своего здоровья, способах его сохранения, формирование конкретных поступков, действий, навыков, обеспечивающих сохранение здоровья. Обучение по данной программе может быть организовано в очно – заочной форме с применением дистанционных технологий.

Цель программы: воспитание основ культуры здоровья дошкольников.

Задачи:

- совершенствование общих физических и двигательных качеств дошкольников,

 - развитие эмоционально – волевой и интеллектуальной сферы ребёнка,

 - укрепление крупно и мелко - моторных групп мышц,

 - формирование коммуникативной инициативы и активности,

 - развитие пространственно – координационных способностей,

 - привитие стойких культурно – гигиенических навыков,

 - формирование правильной осанки, дыхания.