

Аннотация к дополнительной общеобразовательной программе «Искорки»

К наиболее актуальным проблемам детского здоровья относится: гиподинамия. Движения необходимы ребёнку, так как способствуют развитию его физиологических систем, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма. Гиподинамия выражается в нарушении функций организма (опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения) при ограничении двигательной активности. «...Если двигательные нагрузки отсутствуют или они незначительны, то объём информации, поступающей из рецепторов мышц, уменьшается, что ухудшает обменные процессы в тканях мозга и приводят к нарушениям его регулирующей функции» Ю.Змановский

Современные дети испытывают «двигательный дефицит», т.к. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. А потребность в двигательной активности у детей дошкольного возраста настолько велика, что врачи и физиологи называют этот период «возрастом двигательной расточительности». Не секрет, что дома и в детском саду дети большую часть времени проводят за столом, у телевизора, играя в тихие игры на полу. Это увеличивает статическую нагрузку на определённые группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Условия жизни, нравственная и эмоциональная атмосфера, в которой живёт ребёнок, целиком и полностью зависят от нас взрослых, и мы несём ответственность за счастье и здоровье детей. В нашу задачу входит пробуждение скрытых в каждом ребёнке продуктивных сил, тяги к гармонии и красоте - души и тела, чувств и ума. Платон утверждал, что «лучший метод воспитания тот, который открыт и проверен опытом веков: гимнастика для тела и музыка для души...». Поэтому - мы, современные педагоги, призваны решать ведущую педагогическую идею современного оздоровления дошкольников.

Именно занятия ритмикой помогают творчески реализовать потребность детей в двигательной активности. Бесконечное разнообразие движений позволяет развивать не только чувство ритма, укреплять скелет и мускулатуру, но и стимулировать память, внимание, мышление и воображение ребенка.

Программа составлена на основе образовательной программы дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения Ковдорского района детский сад №29 «Сказка» и авторских разработок А.И. Бурениной; Т.И.Суворовой.

Направленность программы

Программа направлена на:

- формирование и развитие физических, психомоторных и творческих способностей обучающихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в физическом, художественно-эстетическом развитии;
- формирование здорового образа жизни;
- выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития обучающихся;
- социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе.

Адресат

Программа дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности «Искорки» ориентирована на детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет), в том числе на обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Цель и задачи программы.

Целью данной программы является укрепление физического и психического здоровья ребенка, формирование средствами ритмических движений и музыки разнообразных умений, способностей, качеств личности.

Поддержка одаренных и талантливых детей.

Задачи:

1. Укрепление здоровья:

- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- содействовать профилактике плоскостопия;
- формировать правильную осанку.

2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:

- содействовать развитию чувства ритма, умения согласовывать движения с музыкой;
- формировать навыки пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений;
- развивать координацию, гибкость, выносливость;
- развивать мелкую моторику.

3. Развитие творческих и созидательных способностей детей:

- формировать навыки самостоятельного выражения движений по музыку;
- развивать мышление, воображение, находчивость,
- воспитывать умения эмоционального выражения, творчества в движениях;

Режим непосредственно образовательной деятельности.

Срок реализации программы – 2 года.

Образовательная работа по программе проводится с октября по апрель месяц учебного года.

Дополнительная образовательная деятельность физкультурно-спортивной направленности «Искорки» проводится 1 раз в неделю.

Продолжительность занятия в старшей группе – 25 минут, в месяц – 4 занятия – 100 минут, в год – 30 занятий – 12 часов 30 минут.

Продолжительность занятия в подготовительной группе – 30 минут, в месяц – 4 занятия – 120 минут, в год – 30 занятий – 15 часов.

Составитель дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Искорки» - Чернова Ульяна Николаевна, инструктор по физкультуре.