ОПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-оздоровительной направленности "С легким паром!"

Полное наименование ДОО: Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение Ковдорского муниципального округа «Детский сад №29 "Сказка". Сокращенное наименование (в соответствии с Уставом) – МАДОУ № 29.

Дополнительная образовательная программа реализуется на государственном языке РФ.

Срок обучения 3 года (средняя, старшая, подготовительная группа), программа рассчитана на детей 4-7 лет.

Преимущества дополнительной общеразвивающей программы: ориентации и направлена на оздоровление ребенка посредством использования сауны как одного из эффективных способов оздоровления организма человека, профилактики простудных заболеваний, снижения их частоты и тяжести протекания.

Цель: сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни, воспитание полезных привычек.

Задачи:

Оздоровительное направление:

1. Формировать правильное отношение детей к оздоровительным мероприятиям: способности к самоконтролю, самооценке возможностей своего организма.
2. Формировать на доступном уровне необходимые знания в области гигиены, медицины (массаж, дыхательная гимнастика);
3. Формировать навыки сохранения, укрепления и охраны здоровья, профилактики простудных заболеваний.
4. Содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

Образовательное направление:

1. Формировать навык правильного дыхания, содействовать укреплению мышц дыхательной мускулатуры;
2. Формировать умение выполнять простейшие приемы массажа;
3. Содействовать формированию представлений о правильной осанке: контролировать свою осанку во время выполнения упражнений, направленных на формирование правильной осанки.

Воспитательное направление:

1. Воспитывать навыки проявления решительности, уверенности в своих силах, учитывая возрастные и индивидуальные особенности детей;
2. Воспитывать навыки личной гигиены и самообслуживания;
3. Создавать условия для проявления положительных эмоций и снятия психического и мышечного напряжения.

Сроки реализации программы: 3 года. Занятия в сауне проводит медицинская сестра МАДОУ.

Форма обучения по программе – очная, без использования дистанционных технологий, на русском языке.

Возрастная категория обучающихся – 4-7 лет, состав группы постоянный, подгруппы детей формируются по результатам тестирования на начало учебного года, с учетом физической и психологической готовности и состояния здоровья.

Нормативный срок освоения программы (продолжительность обучения) – 3 года, общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения необходимых для освоения программы –96 часов.

Минимальное и максимальное число детей, обучающихся в одной группе – 10-20.

Объем учебной нагрузки – дети 4-5 лет 1 раз в неделю по 20 минут 4 занятия в месяц, дети 5-6 лет 1 раз в неделю по 25 минут 1 занятие в месяц, дети 6-7 лет 1 раз в неделю по 30 минут 1 занятие в месяц в первой и второй половине дня. Перерыв между занятиями 10 минут.

Планируемые результаты:

- Снижение уровня заболеваемости простудными заболеваниями,

Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников:

Задачи:

Создание атмосферы общности интересов;

Объединение усилий для развития детей;

Активизация и обогащение педагогического опыта родителей;

Просветительская пропаганда;

Создание условий для реализации программы.

Формы работы:

Анкетирование;

Индивидуальные беседы;

Консультации;

Рекомендации для родителей детей ООП;

Изготовление буклетов, памяток;

Презентация работы кружка «С легким паром!»;

Выступление на родительских собраниях;

Тематические выставки;

Показ мастер – классов.

МАДОУ №29, Дудина Оксана Васильевна, Заведующая
06.09.2023 14:34 (MSK), Сертификат № 51B99A0004AE55B8497A733AE1723044