

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. ИЛЬИНСКОЕ

РАССМОТРЕНО:
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 26.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:
Приказ № 47-О от 26.08.2024 г.

Аннотация
к дополнительной общеобразовательной программе
физкультурно-оздоровительной направленности
«Сибборд и Я»

Возраст детей 5-7 лет
Срок реализации программы 1 год

Автор-составитель:
Коровина Светлана Юрьевна
Педагог дополнительного образования

с. Ильинское
2024 г.

Актуальность программы.

Совершенствование учебно-воспитательного и образовательного процесса дошкольных образовательных учреждениях предъявляет требования к использованию новых методов и форм организации образовательной деятельности, нестандартного оборудования, а также учета индивидуального развития ребенка.

В настоящее время отмечается факт отставания, задержки, нарушения, отклонения, несоответствия нормам в развитии детей раннего и дошкольного возраста. Особенно много отклонений встречается в состоянии нервной системы и опорно-двигательного аппарата. К сожалению, семейное воспитание, в основном, сориентировано на развитие интеллекта и познавательной сферы ребенка, при этом недостаточное внимание уделяется развитию двигательных качеств и навыков ребенка дошкольного возраста, оптимизации его двигательного режима.

В связи с этим, вопросы полноценного физического развития детей должны решаться в дошкольных образовательных учреждениях.

Проведение работы направленно на совершенствование форм и методов организации и проведения физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольниками, рациональное использование современного физкультурно-оздоровительного оборудования (крупное модульное оборудование, специальные мячи разного диаметра, пластмассовые конструкции, массажные приспособления, сибирские борды) позволяет расширить диапазон развивающих, профилактических и образовательных задач, решаемых в ходе организованной образовательной деятельности по физическому развитию.

Цели и задачи реализации Программы.

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей, оздоровление различных функций и систем организма.

Задачи:

Оздоровительные:

1. Содействовать оптимизации роста и развитию опорно-двигательного аппарата;
2. Гармонично развивать двигательные качества;
3. Формировать навык правильной осанки;
4. Содействовать профилактике плоскостопия;
5. Содействовать развитию и функциональному совершенствованию сердечно - сосудистой, дыхательной и нервной систем организма.

Образовательные:

1. Формировать знания о здоровом образе жизни;
2. Обогащать двигательный опыт;
3. Формировать двигательные навыки и развивать физические способности.

Воспитательные

1. Воспитывать умение эмоционального самовыражения, раскрепощенности и творчества в движениях;
2. Способствовать развитию воображения, мышления и познавательной активности;
3. Расширять кругозор в области физической культуры;
4. Развивать потребность к занятиям физическими упражнениями.

Новизной и отличительной особенностью данной Программы является:

- Использование современного оборудования Сибирский борд, как средство оздоровления и развития физических качеств детей;
- Сибирский Борд отличается комплексом упражнений, рассчитанным на разный дошкольный возраст, борд можно использовать в работе с детьми от 3 лет.
- Программа позволяет использовать координацию и стимуляцию мозжечковой деятельности, как ключевое звено для развития всех функциональных систем организма и сочетает в себе не только движения циклического характера с использованием сибирского борда, но и силовую гимнастику.

- В программу включено множество упражнений на сибирском борде с предметом и без него, интересные спортивные игры разной подвижности.
- Цель каждого занятия – не получение максимальных результатов, а развитие двигательного потенциала ребенка, его возможностей без ущерба для здоровья.
- Изучение представленного материала не является обязательным для всех детей.
- Обучение ведется в форме кружковой работы, работает педагог с детьми в свободное от основных занятий время;
- Материал программы направлен на сохранение и укрепление здоровья детей и носит оздоровительный характер.

Адресат программы: Занятия рассчитаны на воспитанников 5-7 лет, не имеющих медицинские и иные противопоказания к двигательной активности.

Объём программы: Количество занятий: в неделю – 2, в месяц – 8, в год – 72.
Количество часов: в день - от 25 до 30 мин

Срок реализации программы: программа рассчитана на 1 год обучения.

Формы и режим занятий.

Разносторонняя подготовленность дошкольников может быть достигнута благодаря правильно спланированной системе тренировочных и соревновательных нагрузок, обеспечивающей соразмерное повышение уровня физических качеств.

Режим учебно-воспитательного процесса (расписание занятий) должен соответствовать требованиям СанПиН 2.4.3648-20.

Расписание занятий в спортивно-оздоровительных группах подготовки составляется с учетом того, что они являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной работе детей в образовательном учреждении и поэтому необходимо соблюдение следующих гигиенических требований:

- посещение ребенком занятий более чем в 2-х (секциях, студиях и т.д.) в один день не рекомендуется;
- между занятиями в образовательном учреждении (не зависимо от обучения) и посещением учебно- тренировочных занятий должен быть перерыв для отдыха;
- занятия детей в учреждениях могут проводиться в любой рабочий день недели;
- наполняемость: 10 детей – оптимальная, 15 - допустимая;
- число занятий в неделю: 2 раза в неделю;
- продолжительность одного занятия для детей 5 – 7 лет 25-30 минут;
- группы могут быть одновозрастные или разновозрастные, но не превышать разницы 1-го года. Разделение детей по половой принадлежности не предусматривается.