

Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-оздоровительного кружка «Здоровячок»



Руководитель кружка:

*Ведерникова Ольга Петровна,
воспитатель по ФИЗО высшей квалификационной категории.*

Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не отсутствие болезней и физических дефектов.

В нашем детском саду № 9 «Росинка» разработана и апробирована программа по дополнительному образованию физкультурно-оздоровительный кружок «Здоровячок». Она направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, воспитателей и у самих детей ответственности за состояние собственного здоровья. Дополнительная программа «Здоровячок» разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья детей. Основной задачей МАДОУ д\с № 9 «Росинка» является оздоровление и обеспечение всестороннего физического развития ребёнка.

Цель программы: Укреплять и сохранять здоровье детей средствами оздоровительной физкультуры.

Задачи:

- Постоянно адаптировать ребёнка к физическим нагрузкам;
- Закаливать детский организм;
- Улучшать функции сердечно сосудистой, дыхательной систем;
- Формировать правильную осанку;
- Предупреждать и корректировать плоскостопие;
- Формировать спортивные качества;
 - Воспитывать терпение, целеустремлённость, настойчивость.



Кружок посещают дети старшего дошкольного возраста пяти, семи лет.

Вид данной детской группы – разнополая; состав – постоянный.

Так как кружок «Здоровячок» несёт физкультурно-оздоровительную направленность, поэтому дети набираются по рекомендации педиатра и в свободном

наборе с целью профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата (нарушение функции стоп и осанки).

Кружок посещают 15 детей. Программа рассчитана на 1 учебный год (октябрь – май), проводится два занятия в неделю, продолжительностью 25 – 30 минут.

Формы работы:

- Игровые занятия;
- Тренировочные занятия;
- Круговые тренировки;
- Работа по схемам;
- Беседы;
- Праздники;
- Развлечения;
- Соревнования;
- Эстафеты;
- Походы и целевые прогулки.



Режим работы кружка

«Здоровячок»:

Понедельник 15⁰⁰ -15³⁰
Среда 15⁰⁰ -15³⁰