

## **Аннотация к программе «Здоровейка»**

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека, поэтому к вопросам о физическом развитии и воспитании детей дошкольного возраста стоит подходить со всей серьезностью.

Ни для кого не секрет, что здоровье детей из-за больших нагрузок и малоподвижного образа жизни ухудшается с каждым годом, и нет никаких тенденций, что условия жизни малышей будут меняться к лучшему в ближайшее время.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

Детский сад работает по программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Анализируя раздел, физическое развитие, можно сделать вывод, что в данной программе отсутствует направление по использованию нетрадиционных средств физического воспитания детей, таких как занятия на тренажерах для развития скоростно-силовых качеств, выносливости, гибкости.

Программа «Здоровейка» направлена на совершенствование физической культуры дошкольников, через нетрадиционные разнообразные формы, средства, методы физического развития.

Актуальность данной программы заключается в выполнении упражнений, в их разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечнососудистую, дыхательную и нервную систему ребёнка. И занятия на тренажерах как нельзя лучше способствует этому.

Программа «Здоровейка» является модифицированной. В её основе лежат разработки таких авторов как Железняк Н.С., Жуковой Л.В., Руновой М.А.

Главной особенностью программы является использование тренажеров от простейших до тренажеров сложного устройства. Для детей мы используем такие понятия, как «легкие» и «тяжелые» тренажеры.

Занятия с тренажерами - это средство развития координационных способностей (силы рук, ног, туловища, силовой выносливости, гибкости), временных и силовых параметров движений, согласования движений. Работа на тренажерах благотворно влияет на самоконтроль, самооценку и уверенность детей, воспитывает в них чувство коллективизма, дисциплинированность, самостоятельность.

Для повышения интереса и эффективности познавательного процесса, развития физических качеств, программой предусмотрено использование таких методов и приемов как создание вариативности педагогических условий (за счет внесения нового тренажера, усложнения содержания двигательных заданий и т.д.), активизация мыслительной и двигательной деятельности детей, поощрение (фишки, медали и др.), создание поисковых ситуаций, предоставление ребенку самостоятельного выбора способа выполнения действий, включение наводящих вопросов для проявления воли, решительности, смелости и находчивости детей.

В связи с модернизацией системы образования и введением ФГОС ДО программа «Здоровейка» позволяет детям осваивать дополнительно в интеграции пять образовательных областей.

<b>Образовательная область</b>	<b>Содержание</b>
Социально-коммуникативное развитие	Развитие общения и взаимодействия ребёнка с взрослыми и сверстниками. Становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий. Формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками. Формирование основ безопасного поведения в социуме.
Познавательное развитие	Развитие воображения и творческой активности. Упражнение в счёте, ориентировке в пространстве.
Речевое развитие	Овладение речью как средством общения и культуры. Обогащение активного словаря.
Художественно-эстетическое развитие	Реализация самостоятельной деятельности детей. Развитие чувства ритма, тембрового слуха. Развитие умения согласовывать движения с музыкой.
Физическая культура	Двигательная деятельность, связанная с выполнением упражнений на развитие общей и силовой выносливости, координации и гибкости. Накопление и обогащение двигательного опыта детей. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА №27 Г.  
ТОМСКА**, Трифонова Наталья Александровна, ЗАВЕДУЮЩИЙ

12.12.24 12:09 (MSK)

Сертификат АВЕBCD971168880D9588AA41ECC45B2F