

## **Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Здоровей-Ка»**

Образовательная программа "Здоровей-ка" имеет физкультурно-оздоровительную направленность и рассчитана на 1 год обучения.

В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, всесторонней двигательной подготовленности и гармонического физического развития. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте.

Основная направленность программы «Здоровей-Ка»-сохранение и укрепление здоровья детей.

Исследования, проведенные в НИИ гигиены и охраны здоровья детей, научным центром здоровья детей, академией медицинских наук, показывают, что состояние здоровья детей России за последнее время резко ухудшилось, а число здоровых дошкольников составляет всего около 10%. Поэтому сохранение и укрепление здоровья дошкольников- одна из актуальных проблем нашего времени.

На состояние здоровья детей оказывает существенное влияние неблагоприятные социальные факторы, экологические, климатические условия, а именно:

- Неблагоприятная экологическая обстановка;
- Электронно-лучевое и «металлозвук», облучение детей (компьютерные игры, длительное пребывание у телевизора, нерациональное использование гаджетов)
- Образ жизни (который оказывает неблагоприятное воздействие на состояние здоровья).

Отклонения в опорно-двигательном аппарате, являющиеся первопричиной многих болезней, которые не поддаются медикаментозному лечению, оказывают не менее серьезное влияние на здоровье и развитие ребенка.

Наблюдая за детьми на физкультурных занятиях, в свободной деятельности, мы обратили внимание на то, что у некоторых детей неправильная осанка, быстро наступает усталость стоп, дети часто болеют, что является началом развития сколиоза и плоскостопия, нарушению функций организма.

На такие мелочи родители не всегда обращают внимание, им кажется, что ребенок еще слишком мал, чтобы у него была красивая осанка и правильная стопа, крепкое здоровье. Именно сейчас, когда ребенок активно растет, а нога и позвоночник испытывают нагрузки, начинается их нарушение.

Сколиоз и плоскостопие у детей обнаруживается еще до школы. Проблема неправильного процесса формирования осанки и стопы, заболевания детьми ОРВИ, существуют и в нашем детском саду. Чтобы определить эти нарушения, необходим осмотр ребенка.

Понимая необходимость совершенствования процесса профилактики плоскостопия и нарушения осанки, укрепление здоровья у дошкольников, в целях укрепления опорно-двигательного аппарата у детей дошкольного возраста, мы разработали программу физкультурно-оздоровительного кружка «Здоровей-Ка»

Данная программа обеспечит сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

Помещение для кружка «Здоровей-Ка» представляет собой оборудованный физкультурный зал и оборудованную комнату здоровья для проведения упражнений на профилактику плоскостопия, тактильные упражнения, пальчиковую гимнастику, дыхательную гимнастику, музыкотерапию.

Данная дополнительная образовательная программа составлена с учётом требований

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-

ФЗ от 29.12.2012 (с изменениями, внесенными Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся», ст.2 п.9; с изменениями, вст.в силу 25.07.2022);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019

№ 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018

№ 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);

- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утв. на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018, протокол №3)

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- !!! Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»  
«Программой воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М.А.Васильевой;  
«Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста 2-7 лет», Л.И. Пензулаевой

### **Адресат программы**

Заниматься по программе могут все желающие с 2 лет и до 5 лет. Занимаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний. Не зависимо от пола, степени физической подготовки. Занятия проходят на русском языке.

### **Объем и срок реализации программы**

Учебный год с 01.09.2023г. по 31.05.2024г.

Учебная неделя 1 раз в неделю.

### **Продолжительность занятий:**

Ранняя группа-10-15 мин

Младшая группа- 15-20 минут.

Средняя группа- 20-25 минут.

### **Цели программы.**

Основными целями данной программы являются – создание условий для содействия правильному физическому развитию детей, укрепление их здоровья, формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия и коррекция дефектов осанки и свода стопы (если они уже есть), а также формирование мотивации к здоровому образу жизни и стремления к соблюдению правильных навыков осанки.

## **Задачи программы.**

### **Оздоровительные**

1. Создать условия для охраны и укрепления физического и психического здоровья детей.
2. Создать условия для совершенствования всех функций организма, повышения его защитных свойств и устойчивости к различным заболеваниям.
3. Содействовать формированию правильной осанки и укреплению всех групп мышц, содействовать профилактике плоскостопия.

### **Образовательные**

1. Создать условия для реализации потребностей детей в двигательной активности.
2. Развивать двигательные способности и физические качества
3. Формировать у детей умения и навыки правильного выполнения движений.

### **Воспитательные**

1. Воспитывать потребность в ЗОЖ.
2. Воспитывать положительные черты характера.
3. Воспитывать чувство уверенности в себе.