

Аннотация дополнительной общеобразовательной программы «Будь здоров!» для детей 5-6 лет

Направленность: физкультурно-спортивное

Актуальность программы определяется необходимостью формирования у детей устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Форма и тип занятия по программе дополнительного образования в основном соответствуют занятию классического типа по общепринятой методике, состоит из трех частей. Но в зависимости от поставленной цели и задач, способ организации детей на занятии в физкультурно-оздоровительном кружке может меняться.

Акцент в оздоровительной работе программы объединения дополнительного образования «Будь здоров» ставится на повышение сопротивляемости организма к ОРВИ, профилактику плоскостопия и нарушений осанки у детей, общая физическая подготовка. Основное содержание Программы составляют специальные упражнения для профилактики нарушений осанки и плоскостопия, упражнения для укрепления дыхательной и сердечно-сосудистой систем организма ребенка.

Комплектование группы для занятий в физкультурно-спортивном объединении «Будь здоров!» проводится с учетом общего функционального состояния детей от 5 до 6 лет, данных медицинского осмотра, рекомендаций врачей-специалистов

Срок реализации программы –1 года.

Занятия проводятся 1 раз в неделю с октября по май. Продолжительность занятия – 30 минут. Количество детей в группе –8-10