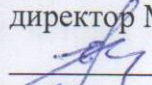


«СОГЛАСОВАНО»

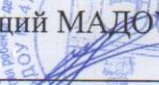
директор МБОУ ДПО «УМЦ РО»

 /Виноградова Е.В./

«19» 02 2021 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МАДОУ №47 «Дельфин»

 /Гловели Л.В./

Приказ № «2» 2021 г.



«ПРИНЯТА»

На Педагогическом совете

протокол № 3 от «19» 02 2021 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-оздоровительной направленности
«ТРОПА ЗДОРОВЬЯ»**

возраст воспитанников: 5-7 лет

срок реализации: 1 год

Автор – составитель:

Галахова Светлана Викторовна,

воспитатель

высшей квалификационной

категории

ОГЛАВЛЕНИЕ

I. Целевой раздел

Пояснительная записка (направленность, актуальность, новизна авторская основа, нормативные документы)

- 1.1. Цель, задачи Программы
- 1.2. Педагогическая целесообразность Программы
- 1.3. Основные принципы обучения и воспитания Программы
- 1.4. Краткая характеристика воспитанников (возрастные особенности)

II. Содержательный раздел

- 2.1. Особенности организации образовательного процесса
- 2.2. Учебный план
- 2.3. Комплексно – тематическое планирование
- 2.4. Календарный учебный график
- 2.5. Педагогические технологии
- 2.6. Планируемые результаты Программы
- 2.7. Текущий контроль
- 2.8. Педагогическая диагностика (мониторинг).
- 2.9. Формы отслеживания и фиксации планируемых результатов
- 2.10. Формы предъявления и демонстрации планируемых результатов

III. Организационный раздел

- 3.1. Материально-техническое обеспечение
- 3.2. Кадровые условия
- 3.3. Методическое обеспечение Программы
- 3.4. Дидактические материалы
- 3.5. Список литературы для педагога

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Тропа здоровья» разработана на основе программ Пензулаевой Л.И. «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет)», и Кстюковой Е.М. «Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с ЗПР».

Актуальность программы. 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 «Тропа здоровья» - сохранение и укрепление здоровья детей.

Исследования, проведенные 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 *актуальнейших проблем* нашего времени.

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

- наследственность;
- неблагоприятная экологическая обстановка;
- электронно-лучевое и «метало - звук», облучение детей (компьютерные игры, длительное пребывание перед телевизором, постоянно звучащая громкая музыка);
- образ жизни (который оказывает наибольшее влияние 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 и долго болеют, что является развитию

сколиоза и плоскостопия, нарушению функций организма. Это подтверждается врачебными диагнозами, которые фиксируются в медицинских картах детей.

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, существует и в нашем детском саду. Чтобы определить эти нарушения, необходим осмотр ребенка.

Успешная профилактика и коррекция плоскостопия возможны на основе комплексного использования всех средств физического воспитания: гигиенических факторов (гигиена обуви и правильный ее подбор в соответствии с назначением) и физических упражнений (специальные комплексы упражнений, направленные на укрепление мышц стопы и голени и формирование сводов стопы).

Работа по профилактике и коррекции плоскостопия у детей в условиях ДООУ должна осуществляться систематически.

В процессе профилактики плоскостопия у детей необходимо:

- следить за их осанкой;
- обращать внимание на то, чтобы они всегда держали корпус и голову прямо;
- не разводили широко носки ног при ходьбе.

Мышечно-связочный аппарат ног укрепляют:

- ежедневная гимнастика и занятия спортом;
- ходьба босиком в теплое время года по неровной почве.

Понимая необходимость совершенствования процесса профилактики плоскостопия и нарушения осанки, укрепление здоровья у дошкольников, в целях укрепления опорно-двигательного аппарата детей дошкольного возраста, мы разработали программу физкультурно-оздоровительной направленности.

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

Программа составлена на основе авторской программы программ Пензулаевой Л.И. «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет)», и Кстюковой Е.М. «Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с ЗПР».

Программа составлена с учётом нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 08.12.2020) "Об образовании в РФ" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2021)
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
- Приказа Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- "Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ" (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242).
- Постановления Главного государственного 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".
- Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18 сентября 2017 г., регистрационный № 48226).
- Устава МАДОУ № 47 «Дельфин».
- Положения об оказании платных услуг МАДОУ № 47 «Дельфин».

1.1. Цель Программы: обеспечение воспитаннику возможности сохранения своего здоровья за период нахождения в детском саду, формирование физически, интеллектуально и социально зрелой личности дошкольника. А также профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки.

Задачи:

1. Создавать условия для профилактики плоскостопия и нарушения осанки детей в различных видах и формах физкультурной деятельности;
2. Знакомить с доступными способами укрепления здоровья, побуждать сознательно, относиться к своему здоровью;
3. Содействовать охране и укреплению здоровья детей;

4. Обогащать двигательный опыт через различные виды движений;

5. Формировать потребность в постоянной двигательной активности и способности ее регулировать.

1.2. Педагогическая целесообразность Программы.

На современном этапе развития общества программа отвечает запросу родителей (законных представителей) воспитанников.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей, отражает основные дидактические принципы.

Формы, методы и приемы, используемые в ходе реализации данной Программы, подобраны в соответствии с её целью, задачами и способствуют эффективной организации образовательного процесса.

Содержание программы нацелено на активизацию двигательной активности каждого воспитанника. Большое внимание уделяется мотивации воспитанников, приобретению практических умений и навыков в области физической культуры.

Воспитанники узнают о методах и приемах укрепления своего здоровья.

Программа способствует формированию правильной осанки воспитанников, способствует профилактике плоскостопия, приучает детей к здоровому образу жизни и способствует формированию таких нравственных качеств личности, как ответственность, доброта, доброжелательность, дружелюбие, сочувствие.

1.3. Основные принципы обучения и воспитания:

Дидактические принципы:

- наглядность
- системность и последовательность
- сознательность и активность
- связь теории с практикой
- научность
- доступность

Принципы воспитания:

- принцип гуманистической направленности воспитания
- принцип природосообразности
- принцип культуросообразности
- принцип эффективности социального взаимодействия
- принцип ориентации воспитания на развитие социальной и культурной компетенции

1.4. Краткая характеристика воспитанников, обучающихся по Программе

Дошкольный возраст является периодом интенсивного формирования личности ребенка во всех сферах: повышение интеллекта, выработка нравственных черт, проявление характера, силы воли, умение управлять эмоциями, физической подготовленности. Именно в это время проявляются совершенно новые,