

**Аннотация к программе  
«Здоровячок». Автор С.А.Глушенко**

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма – одна из основных проблем в современном обществе, так как здоровье - основное условие, определяющее своевременное физическое и нервно-психическое развитие ребёнка, фундамент его дальнейшего благополучия. Ведь именно в дошкольный период формируются основы физического и психического здоровья ребёнка, вырабатываются определённые черты характера, приобретаются жизненно важные умения и навыки.

Таким образом, проблема состояния здоровья подрастающего поколения была и остаётся достаточно актуальной. Многие учёные отмечают: на протяжении последних десятилетий в нашей стране сложилась тревожная тенденция ухудшения физического развития и состояния здоровья детей.

Эффективным средством работы с детьми дошкольного возраста является коррекционная физкультура. На основании заключений специалистов детской поликлиники мы формируем группу детей по диагнозам и проводим непосредственно-образовательную деятельность с детьми, имеющими плоскостопие или плоско-вальгусную постановку стопы.

Комплексы оздоровительно-корректирующей гимнастики проводятся с детьми 5 - 7 лет – 25 минут. Комплекс оздоровительно-корректирующих упражнений выполняется 2 недели: основная часть комплекса не изменяется, варьируется только подготовительная и заключительная части. Занятия проводятся в чистом, проветренном помещении на ковриках, дети одеты легко, без обуви.

**Цель программы "Здоровячок"**

Профилактика плоскостопия, укрепления опорно-двигательного аппарата детей дошкольного возраста.

**Задачи программы**

**Оздоровительные задачи**

1. Сохранять и укреплять здоровье детей.
2. Содействовать профилактике плоскостопия
3. Формировать правильную осанку и развивать все групп мышц.

**Образовательные задачи**

1. Развивать двигательные способности и физические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, подвижность в суставах, ловкость, выносливость).
2. Формировать у детей умения и навыки правильного выполнения движения.

**Воспитательные задачи**

1. Воспитывать эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности.
2. Воспитывать чувство уверенности в себе.

Программа для детей старшего дошкольного возраста включает 4 направления:

1. Профилактика плоскостопия.
2. Обучение, закрепление технике выполнения движений, совершенствование двигательных умений и навыков.
3. Развитие координационных способностей, функции равновесия, мелкой моторики.
4. Укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Комплектование группы детей для работы в физкультурно-оздоровительной группе "Здоровячек" проводится с учетом общего функционального состояния детей старшего дошкольного возраста, данных медицинского осмотра, рекомендаций врачей-специалистов (педиатра, ортопеда, хирурга), результатов проверки исходного уровня физической подготовленности.

Программа рассчитана на 36 часов для каждой возрастной группы.

Непосредственно образовательная деятельность проводится с учетом предусмотренного учебного плана.