

Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе по физическому развитию с детьми 5-7 лет «Звезды спорта»

Программа «Звезды спорта» физкультурно-спортивной направленности. Программа предполагает повышение физических возможностей ребенка, увеличение его двигательной активности, развитие психомоторных способностей, физических качеств - сила, гибкость, ловкость, быстрота, выносливость.

Благодаря занятиям в кружке ребенок совершенствует двигательные навыки в беге, прыжках, гибкости. Развивает ловкость, быстроту, силу и выносливость, точность движений, реализует двигательный потенциал.

Цель программы: совершенствовать двигательную деятельность детей Развитие физических качеств и укрепление здоровья детей; подготовка воспитанников к участию в городских соревнованиях «Губернаторские состязания».

Эффективность данного направления прослеживается в том, что кроме обретения физической формы, упражнения помогают ребенку развивать силу воли, чувствительность, даёт положительный эмоциональный заряд, пробуждает интерес и желание заниматься физической культурой, узнают о себе много нового.

Воспитанники выполняют тестовые упражнения в соответствии с возрастными особенностями: на выносливость, силу, гибкость, координацию движения; проявляют желание участвовать в играх; умеют самостоятельно выполнять упражнения; контролируют своё самочувствие; имеют представление о здоровом образе жизни.

В результате освоения программы у детей прослеживается положительная динамика уровня развития физических качеств.

Ожидаемые результаты:

1. Разносторонняя и повышенная физическая подготовленность дошкольников, состоящих в кружке (спортивная выносливость, ловкость, быстрота, гибкость, подвижность).
2. Умение взаимодействовать с партнерами в игровых и соревновательных ситуациях, развитые волевые и моральные качества личности.
4. Снижение показателей заболеваемости дошкольников, увеличение показателя индекса здоровья.

Программа рассчитана на детей 5-7 лет и предполагает два года обучения: 1 год – дети 5-6 лет, 2 год обучения – дети 6-7 лет. В режиме дополнительных занятий во второй половине дня (с учетом одного кружкового занятия в неделю).