Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «Весёлая лыжня»

Направленность образовательной программы дополнительного образования детей «Весёлая лыжня» – физкультурно-спортивная, уровень – ознакомительный.

Актуальность программы. В последние годы отмечается тенденция к понижению двигательной активности детей дошкольного возраста. Они длительное время сидят у телевизоров, компьютеров. Снижение двигательной активности нарушает процессы нормального развития, ведет к изменению обмена веществ и снижению иммунитета ребёнка.

Актуальность вопроса на современном этапе заключается в необходимости реализации детьми своих потребностей в движении, поиска интересных, эффективных форм двигательной активности детей.

Ходьба на лыжах - одно из самых интересных, необычных дошкольникам форм двигательной активности. Для любого детского сада доступно обучение детей передвижению на лыжах, так как оно не требует создания особых условий, просто и снаряжение юного лыжника. На необходимость обучения детей ходьбе на лыжах обращали внимание врачи и педагоги Е. А. Аркин, А. А. Невский, Х. Л. Виленкина, Е. Г. Леви-Гориневская и многие другие. Ходьба на лыжах оказывает большое влияние на физическое развитие и закалку организма ребенка. Она вовлекает в работу почти все мышечные группы, способствует энергичному обмену веществ в организме ребенка, усиливает функциональную деятельность внутренних органов, развивает мышечную чувствительность, способствует развитию пространственных ориентировок и координации движений. Является прекрасным оздоровительным средством как для ослабленного, так и для нормально развивающегося ребенка. Полезно привить детям навыки катания на лыжах еще в дошкольном возрасте, они пригодятся в дальнейшем, поскольку лыжные занятия входят в программу уроков физкультуры в общеобразовательной школе.

Программа дополнительного образования «Веселая лыжня» (Далее - Программа) основана на анализе мировых тенденций и ситуации в отечественном спорте, государственной и региональной политики в области физической культуры и спорта, учитывает основные задачи ДОУ, направленные на охрану жизни и укрепление здоровья детей. Программа разработана на основе методики «Лыжи в детском саду» М.П.Голощекиной, личного опыта авторов, а также на основе источников, приведенных в списке литературы, описывает деятельность дополнительного образования по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста в условиях ДОУ «Веселая лыжня». Программа дополняет и расширяет задачи образовательной области «Физическое развитие» основной образовательной программы дошкольного образования МБ ДОУ Детский сад № 38 «Сказка» и ориентирована на детей старшего дошкольного возраста (5-7лет).

Цель Программы: развитие двигательных способностей детей через обучение ходьбе на лыжах, обогащение двигательного опыта воспитанников

в данном направлении; оздоровление детей средствами физкультуры и спорта.

Цель Программы достигается через решение следующих **задач**:

- Формировать доступные навыки и умения ходьбы на лыжах; закреплять умения детей в процессе подвижных игр, игр - эстафет, игр-соревнований.
- Укреплять мышц опорно-двигательного аппарата (верхнего плечевого пояса, спины, нижних конечностей, связок свода стопы); мышцы дыхательной и сердечно - сосудистой систем организма детей.
- Воспитывать потребность и желания заниматься физической культурой и спортом, вести здоровый образ жизни.
- Формировать общую культуру личности детей, развивать их социальные, нравственные, волевые, физические качества, инициативность, самостоятельность и ответственность ребенка, формировать предпосылки учебной деятельности;
- Обеспечить психолого-педагогическую поддержку семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
- Обеспечить преемственность целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования.

Принципы и подходы к формированию Программы

1. Поддержка разнообразия детства. Программа рассматривает разнообразие как ценность, образовательный ресурс и предполагает использование разнообразия для обогащения образовательного процесса. Программа учитывает региональную специфику, социокультурную ситуацию развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.

2. Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека. Самоценность детства – понимание детства как периода жизни значимого самого по себе, значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот этап является подготовкой к последующей жизни. Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного детства), обогащение (амплификацию) детского развития.

3. Позитивная социализация ребенка предполагает, что освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества, государства происходят в процессе сотрудничества со взрослыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребенка в изменяющемся мире.

4. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей(законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей. Такой тип взаимодействия предполагает базовую ценностную ориентацию на достоинство каждого участника взаимодействия, уважение и безусловное

принятие личности ребенка, доброжелательность, внимание к ребенку, его состоянию, настроению, потребностям, интересам. Личностно-развивающее взаимодействие является неотъемлемой составной частью социальной ситуации развития ребенка в организации, условием его эмоционального благополучия и полноценного развития.

5. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений. Этот принцип предполагает активное участие всех субъектов образовательных отношений – как детей, так и взрослых – в реализации программы. Принцип содействия предполагает диалогический характер коммуникации между всеми участниками образовательных отношений. Детям предоставляется возможность высказывать свои взгляды, свое мнение, занимать позицию и отстаивать ее, принимать решения и брать на себя ответственность в соответствии со своими возможностями.

6. Сотрудничество Организации с семьей. Сотрудничество, кооперация с семьей, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе являются важнейшим принципом реализации Программы. Программа предполагает разнообразные формы сотрудничества с семьей как в содержательном, так и в организационном планах.

7. Индивидуализация дошкольного образования предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса. В программе выделены три аспекта индивидуализации:

• Индивидуальный подход к детям с учетом состояния здоровья;

• Индивидуальный подход к детям с учетом уровня физической подготовленности;

• Индивидуальный подход к детям с учетом характера двигательной активности.

9. Возрастная адекватность образования. Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей. Важно использовать специфические виды детской деятельности, опираясь на особенности возраста и задачи развития, которые должны быть решены в дошкольном возрасте. Деятельность педагога должна быть мотивирующей и соответствовать психологическим законам развития ребенка, учитывать его индивидуальные интересы, особенности и склонности.

10. Принцип системности. Работа должна проводиться систематически, при гибком распределении программного материала.

11. Принцип сезонности и условий местности. Следует учитывать климатические условия местности, особенности рельефа, природы.

Планируемые результаты

Реализация Программы предполагает достижение определенных результатов:

- У ребенка сформированы начальные навыки и умения ходьбы на лыжах; которые также проявляются в процессе подвижных игр, игр - эстафет, игр-соревнований. Уверенно, точно, с большим напряжением и хорошей амплитудой, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.
- Ребенок подвижен, вынослив, владеет основными произвольными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими. У него развиты мышц опорно-двигательного аппарата (верхнего плечевого пояса, спины, нижних конечностей, связок свода стопы), мышцы дыхательной и сердечно - сосудистой систем организма детей. Ребенок меньше болеет простудными заболеваниями.
- Ребенок интересуется физической культурой и спортом, проявляет потребность и желания вести здоровый образ жизни;
- Ребенок проявляет социальные, нравственные, волевые, физические качества, инициативность, самостоятельность и ответственность, имеет предпосылки учебной деятельности;
- Повышается компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей; их активное участие в жизни детского сада, личный интерес к физкультуре и спорту.
- Обеспечивается преемственность целей, задач и содержания дошкольного и начального общего образования. Ребенок уверенно осваивает программу по физическому развитию общеобразовательной школы, добивается успехов в лыжном спорте.

Форма обучения и режим занятий. Программа «Веселая лыжня» реализуется в МБДОУ Детский сад №38 «Сказка» в форме специально организованной образовательной деятельности (кружка) с детьми старшей и подготовительной группы (5-7 лет).

Количество занятий: 1 занятие в неделю в 1-й половине дня, 4 занятия в месяц с октября по апрель. Итогом детской деятельности могут служить физкультурные досуги, праздники, развлечения.

Место проведения: спортивный зал ДОУ, спортивная площадка на территории Корпуса №2.

Форма выявления конечного результата: диагностическое обследование детей по уровню развития двигательных способностей.

Срок реализации Программы: 2 года. Формы и сроки проведения мероприятий могут варьироваться в зависимости от конкретной цели, погодных условий, условий детского сада.