

АННОТОЦИЯ

дополнительной образовательной программы «Солнечные зайчики» по ритмической гимнастике

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни ребенка. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время всё чаще применяются нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стрейчинга, танцев. Наиболее популярной является ритмическая гимнастика, которая объединяет в себе два компонента – гимнастика и ритмический танец.

Направленность программы «Солнечные зайчики» акцентируется на том, что на занятиях физической культуры вводятся элементы ритмической гимнастики, с помощью, которой идет одновременное развитие физических качеств и формирование базы эстетичных движений тела и его звеньев. Эти два момента настолько связаны между собой, что отделить их друг от друга очень сложно. Программа предусматривает развитие у детей мышечной силы, гибкости, выносливости и координации движений; чувства ритма, музыкального слуха, памяти и внимания; выразительности, пластичности, грациозности и изящества.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Разработанная программа позволяет добиться оптимального уровня развития физических качеств: быстроты, гибкости, равновесия, координационных способностей, а так же носит профилактический характер.

Под воздействием упражнений по ритмической гимнастике улучшается функция сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляется опорно-двигательный аппарат, регулируется деятельность нервной системы и ряд других физиологических процессов, таких как, профилактики плоскостопия и нарушений осанки

Новизна предлагаемой программы состоит в том, что все разделы программы объединяет единый игровой метод проведения непосредственно образовательной деятельности. В программу «Солнечные зайчики» включены нетрадиционные виды упражнений:

- ✓ *игропластика* позволяет детям свободно выражать свои эмоции;
- ✓ *пальчиковая гимнастика*, помимо развития мелкой моторики рук, оказывает положительное воздействие на улучшение памяти, мышления;
- ✓ *игровой самомассаж* формирует у ребёнка навык сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления;

✓ *креативная гимнастика*, направлена на развитие выдумки, творческой инициативы, свободного самовыражения и раскрепощенности.

Целью программы по ритмической гимнастике является приобщение детей к ценностям физической культуры, рассматривать которую необходимо в единстве трех составляющих ее содержание компонентов - телесного, интеллектуального и духовно-мировоззренческого.

Содержание занятий ритмической гимнастики обеспечивает решение следующих взаимосвязанных педагогических **задач**:

Оздоровительные задачи:

- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;

- содействовать профилактике плоскостопия;

- формировать правильную осанку.

Образовательные задачи:

- содействовать развитию чувства ритма, умения согласовывать движения с музыкой;

- развитие психологических процессов (память двигательная, слуховая, образная);

- развитие двигательных качеств (гибкость, координация, выносливость) и умений;

- развивать творческие способности;

- развивать мелкую моторику.

Воспитательные задачи.

- воспитывать нравственные качества (уважительное отношение ко взрослым и к сверстникам).

- воспитывать умения эмоционального выражения, творчества в движениях;

- учить видеть прекрасное.

- развивать инициативу, чувство взаимопомощи и трудолюбия.

- развитие личностных качеств.

- Данная рабочая программа Муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида №58» является нормативно-правовым документом, которая характеризует систему организации образовательной деятельности инструктора по физическому воспитанию, разработанная в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами дошкольного образования (17.10.2013г.), а также с учетом СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей".

Программа предназначена для детей дошкольного возраста - от 3 до 5 лет.

Программа может быть использована также воспитателями групп общеразвивающей направленности.

Заместитель заведующего

Дурнева А.В.