

## **Аннотация к дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе по физкультурно-спортивной направленности «Играйте на здоровье» для воспитанников 5-7 лет**

### **Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:**

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- - постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- - постановление Правительства РФ от 15.09.2020 № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»;
- - приказ Минпросвещения РФ от 16.09.2020 № 500 «Об утверждении примерной формы договора об образовании по дополнительным общеразвивающим программам»
- - приказ Минпросвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Уставом Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №132».

### **Актуальность Программы дополнительного образования**

Актуальность данной программы в том, что действия с мячом занимают важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста. Игры с мячом пользуются у детей наибольшей популярностью. Мяч можно перебрасывать, надо уметь ловить его, мячом можно выбивать, пятнать. Мяч - это снаряд, который требует проворных рук и повышенного внимания. Для детей мяч, это круглый, упругий, привлекательный снаряд, который приобщает детей к спортивным играм: баскетболу, футболу, волейболу. В мяч можно играть как в помещении, так и на улице. В игре с мячом могут принимать участие различное количество детей, что способствует воспитанию в детях умения общаться с ровесниками, принимать правила игры и придерживаться этих правил.

Занятия, упражнения с мячом способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами различного объёма развивают крупные, мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение, укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, что способствует формированию хорошей, правильной осанки.

Предлагаемая программа направлена на активизацию защитных сил организма детей, овладение навыками совершенного управления своим телом,

развитие и высвобождение скрытых творческих и оздоровительных возможностей подсознания, укрепление позвоночника.

**Задачи дополнительной образовательной программы «Играйте на здоровье»:**

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие;
- гармонично развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, быстроту;
- содействовать развитию координационных способностей, функции равновесия, вестибулярной устойчивости;
- формировать и закреплять навык правильной осанки;
- содействовать профилактике плоскостопия;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем организма;
- способствовать повышению работоспособности организма занимающегося;