**Аннотация к дополнительной образовательной программе**

**«Гибкий путь»**

Дополнительная программа «Гибкий путь» имеет физкультурно-спортивную направленность. Дошкольный возраст - важный период физического развития, формирования двигательной функции и становления личности человека. В этом возрасте необходимо своевременно и эффективно стимулировать нормальное протекание естественного процесса физического развития, повышать сопротивляемость организма неблагоприятным внешним воздействиям, а также формировать осознанную потребность дошкольников в двигательной активности. Новизной Программы является:

• внедрение начальных форм упражнений дзюдо для детей старшего дошкольного возраста;

• реализация технологии содействия сохранению и укреплению здоровья дошкольников;

• систематизация требований к физической подготовленности занимающихся (по показателям физического развития, функционального состояния и развития психофизических качеств);

• преемственность изучения программного материала, отраженная в перспективном, текущем и оперативном планировании;

• разнообразие средств и методов, включенных в различные формы работы с дошкольниками.

Принципы Программы

• систематичности - занятия проводятся в определённой системе, регулярные занятия несравненно больший эффект, чем эпизодические;

• доступности, сознательности - формирование устойчивого интереса детей, как к процессу обучения, так и к конкретной задаче на каждом занятии;

• наглядности - создание у детей полного представления о разучиваемых движениях и способствование лучшему их усвоению;

• комплексности и интегрированности - решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса;

• личностной ориентации - учёт разноуровнего развития и состояния здоровья каждого воспитанника, умение адаптировать содержание к категориям разного возраста;

• сопровождения - систематическое наблюдение за развитием ребёнка и оказание ему своевременной помощи в случаях опережения и отставания в развитии

• создание оздоравливающей среды (организация целесообразного здоровьеукрепляющего пространства);

• профилактика здоровья детей (формирование рациональной осанки, укрепление свода стопы);

• природосообразность (учет и использование физиологических возможностей организма дошкольников в соответствии с возрастным развитием, дифференцированный и индивидуальный подход к ребенку);

• саморегуляция (важность приложения собственных усилий к укреплению здоровья).

Технологические основы реализации требуют создания психолого-педагогических условий организации здоровьесберегающего учебно-воспитательного процесса дошкольников.

Первостепенное значение при этом имеют:

• организация развивающей и оздоравливающей среды в процессе занятий физическими упражнениями;

• творческая организация физкультурных занятий;

• координация подходов к физическому воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи.

Основная цель - обеспечить сохранение и укрепление здоровья, всестороннее развитие личности дошкольников старшего возраста, привить им устойчивый интерес и потребность к занятиям физическими упражнениями, изучить с детьми начальные формы упражнений дзюдо.

Основные задачи

1. Повышение сопротивляемости организма влияниям внешней среды путем его закаливания;
2. Укрепление опорно-двигательного аппарата и формирование рациональной осанки;
3. Содействие повышению функциональных возможностей вегетативных органов;
4. Развитие физических качеств;
5. Формирование основных жизненно важных двигательных умений и навыков (ходьба, бег, прыжки, метание и ловля, безопасное падение, сохранение правильной осанки);
6. Формирование устойчивой потребности в занятиях физической культурой и интереса к начальным формам упражнений дзюдо.

Планируемые результаты освоения Программы:

- укрепление здоровья детей, снижение заболеваемости;

- расширение адаптивных возможностей детского организма;

- повышение показателей физического развития детей;

- расширение спектра двигательных умений и навыков в воде;

- развитие творческого потенциала и личностного роста ребёнка.

- развитие эмоционального и двигательного раскрепощения в воде, проявления чувства радости и удовольствия от движения;

- формирование нравственно-волевых качеств.