**Пояснительная записка**

Забота о здоровом образе жизни детей дошкольного возраста - это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путем комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов.

Программа направлена на решение проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников. Одним из путей решения является комплексный подход к оздоровлению детей через использование здоровьесохраняющих технологий, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада.

**Особенности программы:**

* Рассматривается под оздоровительным аспектом.
* Акцент оздоровительной работы делается на развитие двигательной деятельности ребенка.
* Занятия построены с учетом возрастных критериев.
* Проводится в тесном сотрудничестве с семьями воспитанников.

**Цели и задачи программы:**

***Цель:***  
- активизация естественного процесса становления и коррекции форм и функций растущего организма;  
- обеспечение гармоничного физического развития и укрепления здоровья детей.

***Задачи:***

* способствовать повышению сопротивляемости защитных свойств организма ребёнка;
* создавать условия для обеспечения психологической безопасности личности ребёнка;
* формировать у детей жизненно необходимые двигательные умения и навыки.

Для выполнения поставленных оздоровительных задач программы**предусмотрены следующие структуры:**

* Динамические и оздоровительные паузы
* Релаксационные упражнения
* Занимательные разминки
* Различные виды массажа
* Пальчиковая гимнастика
* Дыхательная гимнастика

Для успешной реализации программных задач используются **занятия по содержанию:**

* Традиционные
* Игровые
* Занятия – путешествия
* Обучающие

**Принципы построения программы:**

* *Принцип систематичности и последовательности*предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
* *Принцип связи теории с практикой*формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
* *Принцип повторения умений и навыков*— один из самых важ­нейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
* *Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания*предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особеннос­ти ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствова­ния умений и навыков, построения двигательного режима.
* *Принцип доступности*позволяет исключить вредные послед­ствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
* *Принцип успешности*заключается в том, что на первом этапе  ребенок получает задания, которые он способен успешно выполнить.
* *Принцип активного обучения*обязывает строить процесс обуче­ния с использованием активных форм и методов обучения, спо­собствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества (игровые технологии, работа в парах, подгруппе, инди­видуально, организация исследовательской деятельности и др.).
* *Принцип коммуникативности*помогает воспитать у детей по­требность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
* *Принцип результативности*предполагает получение положи­тельного результата оздоровительной работы независимо от воз­раста и уровня физического развития детей.
* **Принципы взаимодействия с детьми:**
* сам ребенок – молодец, у него - все получается, возникающие трудности – преодолимы;
* постоянное поощрение всех усилий ребенка, его стремление узнать что-то новое и научиться новому;
* исключение отрицательной оценки ребенка и результатов его действий;
* сравнение всех результатов ребенка только с его собственными, а не с результатами других детей;
* каждый ребенок должен продвигаться вперед своими темпами и с постоянным успехом.

**Срок реализации программы – 5 лет:**

* - 1раз в неделю
* - время проведения – 15минут
* - в месяц – 4 занятия – 1 час
* - количество детей – 15, возраст 3-4 лет

**Формы и методы обучения:**

* Словесные – объяснение;
* Наглядные – показ, иллюстрации;
* Креативные – творческий подход.

**Результативность программы:**

- Снятие нервного напряжения, накопившееся в детях и взрослых, и зарядить их позитивом и жизнерадостностью!

- Уменьшение страха неожиданного воздействия, нападения, наказания, темноты, замкнутого пространства, одиночества.

- Налаживание контакта между детьми и педагогами.

- Развитие ловкости и координации движений.

-Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.

-Овладение навыками самооздоровления.

-Снижение уровня заболеваемости.

Литература:

1. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие, М., «ТЦ Сфера», 2007.
2. Голицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. М., «Издательство Скрипторий 2003», 2006.
3. Степаненкова Э. Методика физического воспитания. М., Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005.
4. Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. Здоровый дошкольник.

М.: Аркти, 2000.

1. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления /дошкольный возраст/ М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2000.
2. Мартынов С.М. Нетрадиционные методы реабилитации часто болеющих детей. М.:Владос, 2002.
3. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. М., 2002.
4. Ноткина Н.А. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста. Санкт-Петербург: Детсво-Пресс, 2000.
5. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. М.: Творческий Центр, Сфера, 2009.
6. Галанов А.С. Игры, которые лечат. М.: Творческий Центр, Сфера, 2001.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ Д/С №5 «ТЕРЕМОК» КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА

Рассмотрена:

на педагогическом совете ции проекта Утверждаю:

МБДОУ д/с № 5 «Теремок» заведующий

протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ д/с № 5 «Теремок»

от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ВиноградоваВ.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рабочая программа**

**кружка «Оздоровительные игры»**

Автор программы:

Педагог 1 квалификационной

категории

Балитова С.В

г. Шахунья

2015 год