

**Описание общеразвивающей программы дополнительного образования  
Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
детский сад № 73 пресмотра и оздоровления  
Красногвардейского района Санкт-Петербурга  
«КОРРИГИРУЮЩАЯ ГИМНАСТИКА»**

Дополнительная общеразвивающая программа «Корригирующая гимнастика» (далее — Программа) является нормативно-управленческим документом Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 73 пресмотра и оздоровления Красногвардейского района Санкт-Петербурга.

Программа состоит из основных разделов:

- I. Целевой – пояснительная записка, целевые ориентиры - планируемые результаты,
- II. Содержательный – учебный план, учебно-тематический план, содержание программы.
- III. Организационный – материально-техническое и методическое обеспечение программы.

Программа разработана для дошкольных образовательных учреждений, предназначена для детей дошкольного возраста от 5 до 7-8 лет. Срок реализации Программы – 1 год.

**Цель программы «Корригирующая гимнастика»:**

Развивать физические качества ребёнка дошкольного возраста средствами корригирующей гимнастики.

2. Воспитывать потребность заниматься систематически и заботиться о своём здоровье.

**Задачи:**

Оздоровительная:

- укрепить опорно-двигательный аппарат и формировать правильную осанку.
- воспитывать физические способности (координационные, скоростные, выносливость).
- приобщать детей к здоровому образу жизни, вырабатывать потребность в регулярных занятиях физической культурой.
- гармонично развивать функции организма, направленные на укрепление здоровья.
- создать условия для положительного психоэмоционального состояния детей.

Образовательная:

- формировать основные жизненно важные двигательные умения и навыки.
- формировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой.
- расширять представления об окружающем мире.

Воспитательная:

- воспитывать морально-волевые качества.
- содействовать умственному, нравственному и эстетическому воспитанию.

**Направленность программы физкультурно-спортивная.**

В подразделе «Целевые ориентиры - планируемые результаты» указывается, что должны знать дошкольники к концу обучения по Программе:

Систематические занятия корригирующей гимнастикой:

1. Помогут естественному развитию организма ребёнка и привитию потребности заботиться о своём здоровье;(развитие мышечного корсета).
2. Разовьют опорно-двигательный аппарат ребёнка, сердечнососудистую, дыхательную и нервную системы детей.
3. Увеличат жизненную ёмкость лёгких, улучшат физическую, интеллектуальную работоспособность учащегося.
4. Укрепят осанку и свод стопы ребёнка.
5. Сформируют у дошкольников навыки самостоятельного выражения имитационных движений, разовьют воображение, слуховое внимание, память.

В подразделе «Учебный план» указываются разделы программы и количество часов.

В подразделе «Содержание программы»:

1. Вводное занятие.
2. Элементы аэробики (ОРУ).
3. Партерная гимнастика (сидя, лежа на животе и на спине).
4. Игровые задания.
5. Подвижные игры.
6. Контрольные и итоговые занятия.

В Организационном разделе – «Материально-техническое обеспечение» и «Методическое обеспечение» указывается: оборудование, перечень используемых материалов, наглядность.