

Краткая аннотация к дополнительной образовательной программе «Юный лыжник» для 5-7 лет

Растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными – задача каждого дошкольного учреждения. Быть в движении – значит укреплять здоровье.

Приказом №1155 от 17 октября 2013года утверждены ФГОС к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования. Выделено физическое направление развития детей в качестве одного из важнейших направлений реализации воспитательно –образовательного процесса в ДОУ. Этому направлению соответствует образовательная область: «Физическое развитие». Лыжный спорт – один из самых массовых, привлекательных и доступных видов спорта. Передвижение на лыжах вполне доступно детям, лыжи – прекрасное средство физического развития ребенка. Ходьба на лыжах упражняет в балансировании тела и быстром беге, требует умения ставить ноги параллельно и сохранять это положение при скольжении, способствует укреплению связок голеностопных суставов и развитию точных и ловких движений, а умеренный холод является прекрасным средством закаливания.

Программа «Юный лыжник» для детей 5-7 лет является физкультурно-оздоровительной, так как ходьба на лыжах упражняет в балансировании тела и быстром беге, требует умения ставить ноги параллельно и сохранять это положение при скольжении, способствует укреплению связок голеностопных суставов и развитию точных и ловких движений, а умеренный холод является средством закаливания.

Данная программа составлена на основе системы работы Л.И. Пензулаевой «Физическая культура для детей» и М.В. Видякина « Физкультура. Система лыжной подготовки для детей и подростков». Программа соответствует интересам и потребностям детей, направлена на развитие мотивации личности ребенка к самопознанию и творчеству, приобщению к общечеловеческим ценностям и призвана содействовать социализации

воспитанников. Играет важную роль в формировании разнообразных психических и волевых качеств детей, выступают как «школа воли», «школа эмоций», «школа характера», поскольку вся физкультурно-спортивная деятельность предъявляет высокие требования к проявлению волевых и психических качеств.

Разработанная программа «Юный лыжник» служит основой для эффективного построения занятий «Лыжной подготовки» и характеризуется:

1. Физкультурно-оздоровительной направленностью;
2. Направленностью на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса, регионально климатическими условиями и видом учебного учреждения;
3. Направленностью на реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
4. Направленностью на реализацию принципа комплексности, предусматривающего тесную взаимосвязь физической, теоретической подготовки, воспитательной работы, педагогического и медицинского контроля;
5. Направленностью на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности.

Основная цель программы «Юный лыжник» - обучение детей навыкам хождения на лыжах. Способствовать овладению ритмичной ходьбы на лыжах. В программе предусмотрено три раздела: «Легкая атлетика» - октябрь, ноябрь; «Лыжная подготовка» - декабрь, январь, февраль, март; «Спортивные игры – эстафеты» - апрель, май.

Освоив программу «Юный лыжник» дети с физически развитыми качествами и умениями будут знать: правила безопасной ходьбы на лыжах; способы ухода за спортивным инвентарем. Будут уметь: свободно передвигаться на лыжах скользящим шагом, уверенно выполнять повороты на месте и в движении, подъём и спуск с небольшого уклона.