

# **Аннотация к рабочей программе по физической культуре для детей от 1,5 до 7 лет на 2021-2022 учебный год**

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с нормативными документами, регламентирующими деятельность ДОУ:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012;
- Федеральными государственными образовательными стандартами дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 г. №1155);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;
- Уставом ГБДОУ детский сад №48 Фрунзенского района, утвержденного распоряжением Комитета по образованию Санкт-Петербурга 28.06.2012 г. № 1888-р;
- Образовательной программой ГБДОУ детский сад №48 Фрунзенского района Санкт-Петербурга.

Дошкольный возраст охватывает период от рождения до 7 лет. Именно в этот период осуществляется наиболее интенсивный рост и развитие важнейших систем организма и их функций, закладывается база для всестороннего развития физических и духовных способностей. Этот возраст наиболее благоприятен для закаливания организма, овладение элементарными жизненно-необходимыми двигательными умениями, гигиеническими навыками. Для этого необходима систематическая работа по формированию осознанного отношения детей к здоровью через физическое развитие.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности

и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Организованные физкультурные занятия, а также свободная двигательная деятельность, когда ребёнок во время прогулок играет, прыгает, бегает и т.п., улучшают деятельность сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, укрепляют опорно-двигательный аппарат, улучшают обмен веществ. Через двигательную деятельность ребёнок познаёт мир, развивается психика, воля, самостоятельность.

**Цель программы** — это физическое совершенствование, всестороннее и гармоничное развитие, укрепление здоровья. Программа направлена на поэтапное достижение полноценного физического развития и оздоровления.

Основные цели и задачи:

- *Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:*
  - Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
- *Физическая культура:*
  - Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
  - Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
  - Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
  - Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Оздоровительные задачи. Дошкольный возраст характеризуется быстрым ростом и развитием, но органы и системы работают еще несовершенно, слабо развиты защитные функции организма. Дети более подвержены неблагоприятным влияниям внешней среды, у них легко возникают различные заболевания. Поэтому главной задачей физического воспитания детей этого возраста является охрана жизни и укрепление здоровья (развитие мышечной системы, сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной, внутренних органов)

Образовательные задачи. В процессе физического воспитания детей дошкольного возраста не менее важно решать образовательные задачи: формирование двигательных навыков, привитие навыков правильной осанки, навыков гигиены, освоение знаний о физическом воспитании. Благодаря пластичности нервной системы у детей двигательные навыки формируются сравнительно легко. Большинство их (ползание, ходьба, бег, ходьба на лыжах, катание на велосипеде и др.) дети используют в повседневной жизни для передвижения. У детей дошкольного возраста необходимо сформировать навыки выполнения упражнений основной гимнастики (строевые, общеразвивающие упражнения, основные движения — ходьба, бег, упражнения в равновесии, лазанье, ползание, перелезание, метание, прыжки), спортивных видов физических упражнений (ходьба на лыжах, катание на коньках, санках, велосипедах, плавание). Кроме того, следует научить детей играть в спортивные игры (теннис, бадминтон, городки и др.), выполнять элементы спортивных игр (волейбол, баскетбол, хоккей, футбол и др. Наряду с формированием двигательных навыков у детей с первых дней жизни необходимо развивать физические качества (ловкость, быстроту, гибкость, силу, выносливость, равновесие и др.)

Воспитательные задачи. Необходимо вырабатывать у детей потребность, привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями, развивать умения самостоятельно заниматься этими упражнениями в детском учреждении и дома, проводить наиболее простые со своими сверстниками и детьми более младших возрастов. У детей необходимо воспитывать любовь к занятиям, спортом, интерес к их результатам, достижениям спортсменов. Умственное и физическое воспитание тесно связаны между собой. Правильное физическое воспитание создает наиболее благоприятные условия для нормальной деятельности нервной системы и всех других органов и систем, что помогает лучшему восприятию и запоминанию. Физическое воспитание благоприятствует осуществлению эстетического воспитания.