

Группа физического развития

«ЗДОРОВЁНОК»



Воспитатель
по физической культуре
высшей квалификационной категории
ВОРОНЦОВА ОЛЬГА МИХАЙЛОВНА

«Физкультура – это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость»
(детский психолог Крэттен)

Цель программы: сохранять и укреплять здоровье детей, содействовать их гармоничному психофизическому развитию

Задачи:

- обеспечивать тренировку систем и функций организма (мышечную, дыхательную, сердечно-сосудистую) через **общеукрепляющие игры и упражнения** циклического характера;
- развивать физические качества (гибкость, силу, ловкость, выносливость, координационные способности, скоростно-силовые качества) посредством **подвижных игр и упражнений**;
- формировать двигательные навыки и умения через **спортивные игры и физические упражнения**;
- способствовать формированию правильной осанки, свода стопы с помощью **оздоровительных игр и упражнений**;
- развивать чувство ритма и двигательную память средствами **музыкально-ритмических упражнений**;
- формировать эмоционально-положительное отношение к двигательной деятельности;
- воспитывать устойчивый интерес к занятиям физическими упражнениями и спорту;

*С физкультурой мы дружны –
Нам болезни не страшны.
Физкультура укрепляет наши мышцы, тело.
Физкультура помогает нам
Сильным стать и смелым*

Тренировки проводятся по адресу: ул. Гастелло, 4. Детский сад № 10 «Теремок»

Стоимость 1 занятия - 100 рублей

Цикличность: 2 занятия в неделю, 8 занятий в месяц

Программа ориентирована на дошкольников 3-7 лет