**Аннотация к рабочей программе «Здоровейка»**

Программа предполагает использование спортивных игр и упражнений в комплексе с другими физкультурно-оздоровительными мероприятиями, ориентирована на формирование у детей самостоятельности, самоконтроля, умение действовать в группе сверстников, заботиться о своём здоровье.

Подвижные игры с элементами спорта как вид деятельности, предполагает изменяющиеся условия тех или иных действий, поэтому большинство этих игр связано с проявлением двигательных способностей: скоростно-силовых, координационных, требующих выносливости, силы, гибкости. В играх с элементами спорта совершенствуются «чувство мышечных усилий», «чувство пространства», «чувство времени», функции различных анализаторов. Кроме того подвижные игры с элементами спорта позволяют ребёнку овладеть разнообразными, достаточно сложными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество.

**Цель программы:**обучение старших дошкольников элементам спортивных игр и упражнений, способствующих достижению «запаса прочности» здоровья у детей, развитию их двигательных способностей, улучшению физической подготовленности, формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни, содействию гармоничному физическому развитию.

**Задачи оздоровительного направления:**

* формировать устойчивый интерес к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
* создавать условия для проявления положительных эмоций.

**Задачи образовательного направления:**

* обогащать двигательный опыт дошкольников новыми двигательными действиями, обучать правильной технике выполнения элементов спортивных игр;
* способствовать развитию двигательных способностей.

**Задачи воспитательного направления:**

* воспитывать положительные морально-волевые качества;
* формировать навыки и стереотипы здорового образа жизни.

**Формы организации двигательной деятельности детей:**

- групповые учебно-тренировочные занятия – предполагают усвоение детьми нового материала, отработку основных видов движений;

 контрольно-проверочные занятия – позволяют определить эффективность процесса подготовки;

 соревнования – позволяют в игровой форме определить уровень спортивных достижений детей, посещающих спортивный кружок «Здоровейка»;

 индивидуальные занятия – предполагают отработку основных видов движений индивидуально с каждым ребенком.

**Возраст детей, участвующих в реализации Программы** – 5-7 лет.

Дети старшей группы – 5-6 лет; дети подготовительной группы – 6-7 лет.

**Сроки реализации программы** – 2 года.

**Формы и режимы занятий.** Занятия кружка проводятся 2 раза в месяц по 25, 30 минут во 2 половине дня. Индивидуальная работа с детьми.

**Ожидаемые результаты:**

1. Разносторонняя и повышенная физическая подготовленность дошкольников, состоящих в кружке (спортивная выносливость, ловкость, быстрота, гибкость, подвижность).

2. Сформированность начальных организационно-методических умений, необходимых для самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом, организационных навыков.

3. Умение взаимодействовать с партнерами в игровых и соревновательных ситуациях, высокоразвитые волевые и моральные качества личности.

4. Снижение показателей заболеваемости дошкольников, увеличение показателя индекса здоровья.