

## Аннотация к парциальным программам

### Аннотация к парциальной программе:

**1. Парциальная программа раннего физического развития детей дошкольного возраста/ Р.Н. Терехина, Е.Н. Медведева, О.А. Двейрина, С.И. Петров, В.С. Терехин, В.В. Кожевникова ; под общ. ред. Р.Н. Терехиной, Е.Н. Медведевой. – М. : ООО «Издательство «ВАР-СОН», 2022г стр.9-11**

**Основная цель программы** – методическое обеспечение организации и реализации процесса раннего физического развития детей дошкольного возраста посредством целенаправленного многолетнего воздействия на организм средствами физической культуры, создание у детей устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

#### **Задачи:**

- сохранять и укреплять здоровье детей;
- формировать привычку к здоровому образу жизни;
- осуществлять профилактику нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, простудных заболеваний;
- формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности;
- прививать культурно-гигиенические навыки;
- оздоравливать организм посредством формирования навыка правильного дыхания;
- способствовать формированию психологического здоровья у дошкольников;
- способствовать осознанию и осмыслению собственного «я», преодолению барьеров в общении, формированию коммуникативных навыков;
- развивать внимание, сосредоточенность, организованность, воображение, фантазию, умение управлять своими поступками, чувствами;
- гармонизировать физическое развитие детей;
- совершенствовать двигательные навыки и физические качества;
- повышать функциональные резервы систем организма;
- улучшать общую физическую работоспособность;
- повышать неспецифическую сопротивляемость;
- воспитывать и закреплять навыки правильной осанки.

Программа раннего физического развития детей включает в себя следующие виды подготовки: физическую, техническую (базовые навыки универсального характера), психологическую, теоретическую.

#### **Принципы и подходы:**

Часть формируемая участниками образовательных отношений, построена:

<b>Принципы</b>	<b>Как реализуется в ДОУ</b>
полноты, необходимости и достаточности	-в создании необходимых условий для образовательной деятельности, играет степень трудности подобранного материала, усложнение программного материала идёт

	<p>постепенно, ненавязчиво;</p> <p>-новый материал изучается на основе ранее изученного, хорошо усвоенного;</p> <p>-менее активные, стеснительные дети при этом чувствуют себя раскрепощённо, лучше вовлекаются в деятельность.</p>
целостность педагогического процесса	при проектировании воспитательно-образовательного процесса учитываются все виды детской деятельности
событийный принцип	при проведении режимных моментов и итоговых событий

### **Общая характеристика особенностей физического развития детей дошкольного возраста**

На различных этапах многолетнего процесса физического воспитания направленность, соотношение средств и объемов нагрузки изменяются. Прохождение программного материала осуществляется с учетом возрастных особенностей занимающихся. Психическое развитие детей раннего и дошкольного возраста имеет ряд особенностей, которые необходимо учитывать для формирования устойчивой мотивации к избранному виду двигательной деятельности, а также для адекватных подходов к ее организации.

Содержание физического развития детей должно быть спроектировано в соответствии с анатомо-физиологическими особенностями развития всех органов и систем детей дошкольного возраста и отвечать гигиеническим требованиям воспитания детей. Исходя из этого, определяются направленность занятий, формы их организации, задачи и средства физического воспитания детей.

Вместе с тем, следует учитывать, что границы возрастных периодов условны, трудно определить окончание одного и начало другого этапа развития. Помимо паспортного возраста необходимо учитывать биологический возраст. Биологический возраст характеризуют уровнем физического развития, двигательными возможностями детей, степенью их полового созревания, возрастом окостенения различных костей скелета, развитием зубов. У значительной части детей биологический и паспортный возраст совпадают, однако встречаются дети и подростки, у которых биологический возраст опережает хронологический или отстает от него.

Динамическая нагрузка увеличивается с возрастом за счет развития мышц последовательно от нижних конечностей (3–5 лет) к верхним конечностям (6–7 лет). Такая последовательность роста и развития конечностей определяет набор развивающих упражнений на определенные группы мышц и частей тела. Поэтому нагрузку в 3–5-летнем возрасте следует давать сначала на крупные группы мышц нижних конечностей, с 5–6 лет – на верхние конечности. Длительность работы динамической нагрузки в 3 года составляет 80 с, в 5 лет – 120 с, к 7 годам – не более 130 с.

Исходя из выше сказанного, основными задачами физического воспитания

- в возрасте 3–7 лет являются:

- оптимизация физического и психомоторного развития;

- оптимизация двигательных навыков;

- формирование физических качеств.

Формы организации занятий: индивидуальные занятия, занятия в подгруппе.

Средства физического воспитания: основная гимнастика, подвижные игры.

**Планируемые результаты освоения раннего физического развития они разработаны в соответствии с требованиями ФГОС ДО к освоению образовательной области «Физическое развитие».**

**Результаты физического развития в раннем возрасте:**

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;

- стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;

- проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;

- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

**Целевые ориентиры физического развития на этапе завершения дошкольного образования:**

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности, в том числе двигательной; способен выбрать себе род занятий, участников по подвижным играм;

- ребенок обладает установкой положительного отношения к двигательной активности;

- активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных подвижных играх; способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других; адекват

- но проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты во время подвижных игр;

- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в двигательной деятельности;

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в двигательной деятельности;

может соблюдать правила безопасного поведения во время физических упражнений и подвижных игр, правила личной гигиены;

- осознает пользу занятий физической культурой, ее роль в сохранении и укреплении здоровья;

- осознает необходимость здорового образа жизни, стремится к нему;

- владеет гимнастическими упражнениями;

- у ребенка сформировано целостное восприятие своих потенциальных возможностей.

- В целом, к основным показателям эффективности освоения Программы являются:

- снижение показателей заболеваемости детей;

- повышение показателей развития физических качеств;

- устойчивые показатели психоэмоционального благополучия детей.

**2. Парциальная программа рекреационного туризма для детей старшего дошкольного возраста «Весёлый Рюкзачок» / А. А. Чеменева, А. Ф. Мельникова, В. С. Волкова. — 2-е изд. — М.: ООО «Русское слово — учебник», 2019. — 80 с. — (ФГОС ДО. ПМК «Мозаичный ПАРК»)**

**Цели программы:**

- целостное развитие личности ребёнка средствами рекреационного, эколого-оздоровительного, краеведческого туризма;

- формирование мотивации к самостоятельной двигательной и эколого-познавательной деятельности;

- освоение детьми ценностей общества, природы, здоровья, физической культуры.

**Общие задачи программы:**

Оздоровительные задачи	–создавать условия для укрепления здоровья детей, закаливания организма, активного отдыха; расширять адаптационные и функциональные возможности детей;
Образовательные задачи	<ul style="list-style-type: none"><li>• способствовать формированию первичных представлений о малой родине и Отечестве, о социокультурных ценностях нашего народа, устойчивого интереса к природе родного края, к окружающему миру;</li><li>• содействовать освоению знаний в области физической культуры, туризма, краеведения, необходимых для успешной социализации ребёнка;</li><li>• развивать двигательные способности, психические познавательные процессы;</li><li>• содействовать физическому развитию детей, овладению ими доступными приёмами туристской техники, освоению правил ориентирования на местности;</li><li>• воспитывать ценностное отношение к миру природы, историко-культурному наследию, потребность в здоровом образе жизни;</li><li>• формировать позитивное отношение к окружающему миру;</li></ul> способствовать установлению межличностных, в

	частности, дружеских отношений, формировать готовность ребёнка к совместной деятельности со сверстниками.
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>Подготовительная группа (6—7 лет). «Юные путешественники»</b>	
<b>Задачи</b>	
<i>Физического воспитания и оздоровления</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- укрепить здоровье, приучать к закаливанию, обеспечить активный отдых;</li> <li>-закреплять и формировать новые двигательные навыки и умения, развивать физические качества (силу, быстроту, двигательную координацию, выносливость, ловкость);</li> <li>-формировать навыки преодолевать препятствия на маршруте, творчески используя приобретённый двигательный опыт</li> </ul>
<i>Коммуникативные</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать основы компетентного общения, развивать умение воспринимать специальную информацию в процессе прогулок-походов;</li> <li>-дать необходимые знания о коммуникативной культуре при посещении разных туристических объектов</li> </ul>
<i>Познавательные</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-развивать любознательность, устойчивый интерес к природе родного края;</li> <li>- расширить объём знаний о родном крае — улице, районе, городе, области, социально-культурных и исторических объектах;</li> <li>формировать устойчивый интерес к разным видам туризма, общению с разными людьми, получению новой информации об окружающем мире;</li> <li>-обогащать экологические знания и представления, развивать умение их применять в туристических прогулках — походах</li> </ul>
<i>Туристские</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-закрепить имеющиеся знания о туризме и его основных видах, туристском природопользовании, познакомить с необычными видами туризма;</li> <li>-сформировать умение ориентироваться на знакомой и незнакомой местности, пользуясь схемой, планом, элементарными топографическими знаками;</li> <li>-научить работать с компасом; закрепить знания о туристской технике, конкретных умениях и навыках, правила поведения в окружающей среде и в туристическом походе;</li> <li>-формировать специальные туристские знания и умения: как готовятся к</li> </ul>

	<p>прогулкам-походам разного назначения и форм организации, как меняется оснащение и снаряжение юного туриста в зависимости от цели и содержания похода;</p> <p>-формировать системные знания о правилах безопасного поведения на природе, улицах города, в общественных местах;</p> <p>-обобщить и систематизировать знания детей о правилах поведения в обществе;</p> <p>-обучать правилам оказания первой помощи</p>
Воспитательные	<p>-воспитывать потребность в здоровом образе жизни, гуманное отношение к окружающему миру;</p> <p>-воспитывать основы ценностного отношения к миру природы и социальному окружению;</p> <p>-воспитывать гражданственность, формировать позитивную социальную позицию;</p> <p>-воспитывать уважение к истории и культуре родного края, национальным и культурным традициям, развивать основы эстетической культуры.</p>

### **Принципы и подходы к формированию программы**

Методологической основой для разработки программы явились следующие теоретические положения:

– применение средств туризма в основных формах образовательной деятельности способствует физическому и социально-коммуникативному развитию дошкольников, их духовно-нравственному воспитанию (А. С. Белкин, А. П. Беляева, М. Н. Берулава, Г. И. Ибрагимов, В. Д. Семёнов, Ю. С. Тюнников, И. П. Яковлев, Р. Ю. Белоусова, А. А. Чеменева);

– детская туристская деятельность является средством целостного развития ребёнка (Н. И. Бочарова, И.А. Водолажская, Т. П. Завьялова, И. И. Сулейманов и др.).

### **Подходы к использованию туристской деятельности в ДООУ:**

Краеведческий	<p>дети на основе местного материала знакомятся с явлениями, объектами природы родного края, с его экологическими и социальными проблемами, историей и культурой; осваивают нормы и правила рекреационного туризма, отражающие физико-географические и социокультурные особенности своей местности</p>
Личностно-деятельностный	<p>благодаря интересно составленной познавательной и двигательной деятельности в природных и социокультурных условиях у детей формируется интерес к занятиям туризмом и физической культурой, к здоровому образу жизни</p>
Здоровьеформирующий	<p>прогулки-походы, наполненные двигательной активностью, природные факторы (солнце, воздух и вода) оказывают на организм ни с чем не сравнимый оздоровительный эффект. Доказано, что продолжительное выполнение умеренной</p>

	<i>нагрузки в виде циклических упражнений (ходьба, передвижение на лыжах, велосипедах) способствует развитию такого ценного в оздоровительном плане физического качества, как выносливость</i>
<i>Культурологический</i>	<i>средствами туризма ребёнок приобщается к отечественной культурной традиции, воспитывается как личность. Ценности родной культуры становятся для него лично значимыми.</i>

*Рекреационный туризм в ДОУ содержательно и организационно строится с учётом следующих **принципов**:*

- внимание к рекреационной деятельности как к важному средству развития личности, сохранения и улучшения здоровья;*
- необходимость научного осмысления феномена «рекреационная деятельность»;*
- постоянство, непрерывность в поиске эффективных форм организации рекреационной деятельности;*
- тесная взаимосвязь содержания и организации туристской деятельности с сезонными изменениями природы (сезонность);*
- принцип спиралевидности, то есть постепенное усложнение задач, которые ставятся перед детьми, и частичное возвращение к ранее изученному содержанию;*
- непрерывность в изучении основ рекреационного туризма, в развитии познавательных интересов, коммуникативных способностей, формировании физической подготовленности детей на разных ступенях дошкольного детства;*
- принцип интегративности, то есть тесная взаимосвязь экологического, физкультурного образования и социокультурного развития детей.*

### ***Характеристики особенностей детей старшего дошкольного возраста, значимые для разработки и реализации программы***

*Старший дошкольный возраст представляется нам особенно подходящим для туристской деятельности из-за большой пластичности нервной системы ребёнка, её податливости влияниям внешней среды.*

*Старший дошкольник уже овладел основными видами движений, он завершает освоение специализированных локомоций и переходит к освоению новых комбинаций движений и упражнений, зависящих от ситуаций детской деятельности (двигательного творчества, игры, преодоления препятствий).*

*На основе совершенствования органов чувств и движений происходит развитие моторики, физических качеств личности. Ребёнок пробует самостоятельно и творчески использовать навыки двигательной деятельности в постоянно меняющихся условиях окружающей среды.*

*Ребёнок старшего дошкольного возраста активно осваивает окружающий мир. Это становится возможным благодаря пластичности*



*нервной системы, интенсивному созреванию мозжечка, подкорковых образований, коры головного мозга, завершению дифференциации центров ассоциативных зон, улучшению механизма сопоставления слова с воспринимаемой действительностью, развитию кинестетического контроля.*

*В этом возрасте происходит активное развитие психических познавательных процессов — памяти, внимания, мышления, развивается способность управлять своим поведением. Показателями развития эмоциональной сферы старшего дошкольника, по данным Л. Д. Глазыриной и В. А. Овсянкина, являются умения сдерживать чувства, пользоваться общепринятыми формами их выражения.*

*Серьёзными достижениями в развитии волевой сферы становятся способности к ограничению желаний, постановке определённых целей, преодолению препятствий, стоящих на пути этих целей, а также правильная оценка результатов собственных действий. В то же время проведённый Н. А. Горловой мониторинг мнения родителей и педагогов указал на главные болевые точки современных детей: повышенную тревожность и агрессию, возбудимость и гиперактивность, потребность к восприятию информации и вместе с этим —повышенную утомляемость и эмоциональность. Дети настойчивы и требовательны, не желают выполнять бессмысленные действия, они значительно отличаются от своих сверстников прошлого века.*

*Современные дети находятся в постоянном, непрерывном движении, их трудно удержать на одном месте. В организованных видах деятельности они зачастую не могут сосредоточиться, им по-прежнему нужны игровые и заинтересовывающие моменты. У современных детей, по мере их взросления, время произвольной концентрации внимания не увеличивается.*

*По данным Е. О. Смирновой, «дети теряют способность и желание чем-то занять себя. Они не прилагают усилий для изобретения новых игр, для сочинения сказок, для создания собственного воображаемого мира. Им скучно рисовать, конструировать, придумывать новые сюжеты. Их ничего не интересует и не увлекает. Отсутствие собственного содержания отражается на отношениях детей. Им неинтересно общаться друг с другом. Замечено, что общение со сверстниками стало более поверхностным и формальным: детям не о чем разговаривать, нечего обсуждать, не о чем спорить.*

*Они предпочитают нажать кнопку и ждать новых готовых развлечений».*

*Современные дошкольники стали более раскованными, раскрепощёнными, инициативными, но в то же время они с большим трудом усваивают нормы нравственного характера, у детей слабо развита эмоциональная сфера, всё, что связано с установкой взаимоотношений и взаимодействий, общением с взрослыми и сверстниками.*

*Эти особенности современных детей диктуют необходимость использования средств и способов рекреационного туризма для целостного*



*развития дошкольников, создания условий для общения, роста мотивации к деятельности, усвоения общечеловеческих норм и ценностей.*