

## Аннотация к рабочей программе инструктора по физической культуре

Рабочая программа инструктора по физической культуре является структурной единицей основной образовательной программы дошкольного образования МАДОУ «Детский сад № 22».

### *Ведущие цели Программы*

- ✓ Программа направлена на сохранение и укрепление здоровья детей;
- ✓ Формирование осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании детей старшего дошкольного возраста;
- ✓ Формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья,

Реализация данных целей связана с решением *следующих задач*:

- ✓ Развитие физических качеств - скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- ✓ Накопление и обогащение двигательного опыта детей - овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);
- ✓ Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

*Задачи и направления физического развития в соответствии с ФГОС ДО: приобретение опыта в следующих видах деятельности:*

- ✓ Двигательной, направленной на развитие координации и гибкости;
- ✓ Способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук;
- ✓ Связанных с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в 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.).

*Задачи и направления физического развития в соответствии с методикой физического развития:*

### *Оздоровительные:*

- ✓ Формирование правильной осанки (своевременное окостенение опорно-двигательного аппарата, формирование изгибов позвоночника, развитие свода стопы, укрепление связно-суставного аппарата);
- ✓ Развитие гармоничного телосложения;
- ✓ Развитие мышц лица, туловища, ног, рук, плечевого пояса, кистей, пальцев, шеи, глаз, внутренних органов.

### *Образовательные:*

- ✓ Формирование двигательных умений и навыков;
- ✓ Развитие психофизических качеств (быстроты, силы, гибкости, выносливости, глазомера, ловкости);
- ✓ Развитие двигательных способностей (функции равновесия, координации движений).

### *Воспитательные:*

- ✓ Формирование потребности в ежедневных физических упражнениях;
- ✓ Воспитание умения рационально использовать физические упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;
- ✓ Приобретение грации, пластичности, выразительности движений;

✓ Воспитание самостоятельности, инициативности, самоорганизации, взаимопомощи.