

Аннотация программы  
«Физическая культура дошкольникам», Л.Д. Глазырина  
Возрастные группы с 3 до 7 лет

Программа направлена на физическое развитие и оздоровления дошкольников. Автор программы – опытный педагог по физическому воспитанию детей, доктор педагогических наук Л. Д. Глазырина.

Программа предназначена для работы с детьми от 1 года до 6 лет.

**Цели программы** – оптимально реализовать оздоровительное, воспитательное и образовательное направления физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности развития ребёнка во все периоды дошкольного детства.

**Задачи программы:**

а) оздоровительное направление – обеспечение качественной работы дошкольных учреждений по укреплению здоровья детей;

б) воспитательное направление – обеспечение социального формирования личности ребёнка, развитие его творческих сил и способностей;

в) образовательное направление – обеспечение усвоения систематизированных знаний, формирование двигательных умений и навыков, развитие двигательных способностей.

В программе представлены разнообразные формы работы с детьми по физическому воспитанию и их продолжительность по возрастным группам.

**Формы работы по физическому воспитанию:**

- физкультурные занятия;
- утренняя гимнастика;
- физкультурные минутки;
- физкультурные забавы;
- физкультурные праздники;
- самостоятельные физкультурные занятия и особенности работы с детьми с первого по шестой год жизни.

Для детей каждой возрастной группы выделены различные развивающие упражнения, которые представлены в таблицах.

В методических рекомендациях определены умения по овладению детьми различными видами упражнений: общеразвивающие упражнения, ходьба, бег, прыжки, катание, бросание, ползание, лазание, равновесие, спортивные и игровые упражнения, построение и перестроение и т. д.