

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
– детский сад № 17 комбинированного вида «Земляничка»

Принято педагогическим советом
МАДОУ № 17 «Земляничка»
Протокол № 3 от 16.03.2022 г.

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МАДОУ № 17
«Земляничка»
Сизова Г.А.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«РОСТИшка»

Направленность: **физкультурно-спортивная**

Уровень программы: **ознакомительный**

Возраст учащихся: **5–7 лет**

Срок реализации: **1 год (69 часа)**

Автор-составитель:
Захарова Ольга Сергеевна,
инструктор по физическому
воспитанию

Коменки, 2022 г.

Содержание

1 Раздел. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1 Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы	7
1.3. Содержание общеразвивающей программы	8
1.4. Планируемые результаты общеразвивающей программы	15
2. Раздел. Организационно-педагогические условия	17
2.1. Календарный учебный график.....	17
2.2. Условия реализации программы	17
2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы.....	18
3. Список использованной литературы.....	23
Приложение	28

1 Раздел. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: «РОСТИшка»: Расти-Оздоровляйся-Совершенствуйся-Тренируйся.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «РОСТИшка» разработана на основании действующих федеральных, региональных нормативно правовых документов, определяющих содержание дополнительного образования детей, а также с учётом социально-психологического статуса детей 5-7 лет. Программа физкультурно-спортивной направленности ознакомительного уровня сложности.

Содержание программы ориентировано на формирование у детей дошкольного возраста наглядно-образного мышления, получение опыта положительных эмоциональных переживаний, на поддержание у ребёнка стремлений к двигательной активности, к самостоятельности по средствам физкультурно-спортивной деятельности.

Актуальность:

Нормативно – правовые основания разработки дополнительной общеразвивающей программы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации

от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным Общеобразовательным программам» (далее – Порядок);

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;

9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы);

11. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

12. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных

общеобразовательных программ, способствующих социально психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

13. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;

14. Лицензии на осуществление образовательной деятельности № 11849 от 28.10.2015г.;

15. Устав МАДОУ № 17 «Земляничка».

В дошкольном возрасте закладывается основа общего гармонического развития ребёнка. Физкультурно-спортивная деятельность является специфической формой детской активности и наиболее доступным видом формирования двигательной культуры. Общефизическая подготовка дает возможность каждому ребёнку окрепнуть физически, научиться выполнять движения легко и качественно, развивать способность переживать эмоциональный подъем.

Овладевая разнообразными движениями, дети совершенствуют двигательные навыки, у них формируется пространственная ориентировка и координация, улучшается осанка, улучшается пластика, повышается жизненный тонус.

Новизна:

Обучение по данной программе позволяет средствами коллективной деятельности способствовать физическому развитию детей, удовлетворению естественной потребности в общении и движении, всестороннему раскрытию потенциала личности, социально значимого проявления индивидуальности каждого в условиях коллектива. Кроме всего выше сказанного, любые физические упражнения способствуют выработке у человека «гормона счастья», а также обеспечивают позитивный баланс в организме. Часто

занятия похожи больше на игру. Одним из средств сохранения и укрепления психологического здоровья ребёнка дошкольного возраста выступает использование таких игровых технологий, как игропластика, игрогимнастика, пальчиковая гимнастика, способствующие развитию мелкой и артикуляционной моторики, улучшение координации движений. Нетрадиционные техники в физкультурной деятельности позволяют сочетать различные упражнения и инвентарь, делают физкультурные занятия ещё более привлекательными для детей, позволяют им открыть большие возможности выражения собственных желаний и позволяет им ощутить незабываемые положительные эмоции.

Адресат общеразвивающей программы – настоящая программа предназначена для детей дошкольного возраста 5-7 лет, в том числе для детей с ОВЗ (тяжелыми нарушениями речи). Так как данная программа может реализовываться с детьми с тяжелыми нарушениями речи, главным приоритетом в работе является индивидуальный подход, с учетом специфики психофизического здоровья каждого ребенка. Наполняемость группы: 10 человек. Группы формируются исходя из запросов родителей (законных представителей) воспитанников. Набор в группу начинается с августа. На первой неделе сентября проводится мониторинг имеющихся знаний детей по направлению программы.

Режим занятий – Образовательная деятельность по программе начинается 1 сентября, и заканчиваются 31 мая. Первые две недели сентября и последние недели мая - педагогический мониторинг. Продолжительность одного академического часа – 30 минут. Общее количество часов в неделю – 2 часа. Занятие проводится 2 раза в неделю по 1 часу.

Объем программы – 69ч.

Срок освоения программы -1год.

Особенности организации образовательного процесса:

Традиционная модель реализации программы представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение одного или нескольких лет обучения в одной образовательной организации.

Программа направлена на:

- 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;

«Базовый уровень программы» предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления общеразвивающей программы.

Форма обучения: фронтальная.

Перечень видов занятий: физкультурное занятие; пальчиковая, дыхательная гимнастики; релаксационные упражнения; хороводы, различные подвижные виды игр; игры-путешествия; самостоятельное наблюдение; занятия на свежем воздухе; самомассаж (дорожки здоровья, массажные варежки), массаж (мячики - ежики); словесное объяснение; показ выполнения; игровая форма; физкультурные и спортивные состязания; проектная деятельность; экскурсия; квест; мастер-класс; рефлексия.

Перечень форм подведения итогов реализации общеразвивающей программы: итоговый тест, диагностика.

1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель: содействие физическому развитию у детей дошкольного возраста средствами физкультурных занятий с использованием игровых технологий.

Задачи программы:

- Развивать основные физические качества (сила, быстрота, ловкость, гибкость, выносливость);
- Формировать общие умения и способы практической деятельности в области физической культуры для развития пространственного ориентирования;
- Прививать знания о своем здоровье в повседневной жизни, навыки организации самостоятельной двигательной активности;
- Содействовать воспитанию умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в различных видах игровой деятельности.

1.3. Содержание общеразвивающей программы

Учебный план

Название раздела	Продолжительность НОД	В неделю	В год	Формы аттестации/контроля
«РОСТИшка»	30 мин – для детей 5-7 лет	2	69	Педагогический мониторинг

Учебный (тематический) план

Наименование предметных областей		Теория	Практика	Всего
<i>1</i>	<i>Вводное занятие</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
1.1.	Беседа о режиме дня, личной гигиене, технике безопасности на физкультурных занятиях	1	-	1
1.2.	Демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах игры, просмотр мультфильмов на спортивную тематику, видеороликов;	-	2	2
<i>2</i>	<i>Общая физическая подготовка</i>	<i>9</i>	<i>14</i>	<i>23</i>
2.1.	Выполнение организующих команд и приёмов	1	1	2
2.2.	Ознакомление с разновидностью спортивной ходьбы	1	1	2

2.3.	Ознакомление с разновидностью и техникой бега	1	1	2
2.4.	Особенности выполнения упражнений с движениями частей собственного тела	1	1	2
2.5.	Особенности выполнения прыжков и многоскоков	1	1	2
2.6.	Способы бросков, ловли, передачи и метания мяча	1	1	2
2.7.	Особенности выполнения гимнастических и акробатических упражнений	1	1	2
2.8.	Особенности выполнения упражнений с предметами	1	1	2
2.9.	Особенности выполнения упражнений в парах	1	1	2
2.10.	Физкультурное мероприятие	-	4	4
2.11.	Экскурсия на открытую спортивную площадку	-	1	1
3	<i>Игрогимнастика</i>	<i>1</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
3.1.	«Игροгимнастика- стретчинг» Создание коллективных и индивидуальных стретчинг композиций и этюдов	1	3	4
3.2.	День открытых дверей	-	1	1
4	<i>Игры-путешествия</i>	<i>1</i>	<i>5</i>	<i>6</i>
4.1.	«Игры-путешествия» Путешествие участников игры по станциям	1	4	5
4.2.	Квест	-	1	1
5	<i>Подвижные игры</i>	<i>3</i>	<i>9</i>	<i>12</i>
5.1.	Сюжетно-ролевые подвижные игры	1	2	3
5.2.	Подвижные игры с элементами спортивных игр	1	2	3
5.3.	Подвижные игры с элементами национальных игр спорта	1	2	3
5.4.	Спортивные состязания	-	3	3
6	<i>Пальчиковая гимнастика</i>	<i>1</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
6.1.	«Пальчиковая гимнастика» Игры которые нас расслабляют и развивают	1	4	5
6.2.	Массаж. Самомассаж	-	3	3
7	<i>Креативная гимнастика</i>	<i>2</i>	<i>6</i>	<i>8</i>

7.1.	«Креативная гимнастика» Творческая идея и двигательная активность	1	5	6
7.2.	Мастер-класс	1	1	2
8	Контрольно-оценочные тесты	-	4	4
8.1.	Промежуточный тест освоения программы	-	2	2
8.2.	Итоговый тест освоения программы	-	2	2
Общий объем часов		18	51	69

Содержание учебного (тематического) плана

1. Вводное занятие

1.1. Беседа о режиме дня, личной гигиене технике безопасности на физкультурных занятиях.

Теория: Игровая беседа педагога с элементами движений о знакомстве с понятием «Физические упражнения», их отличие от обыденных движений, «Закаливание организма», его значение в укреплении здоровья человека.

Практика: Дети готовят рассказ о своем режиме дня.

1.2. Демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах игры, просмотр мультфильмов на спортивную тематику, видеороликов

Теория: коллективный просмотр подобранных педагогом материалов.

Практика: дети выбирают и аргументируют понравившиеся виды спорта (футбол, баскетбол, лыжи, хоккей) обсуждают с педагогом особенности спортивного оборудования в каждом виде спорта.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

2.1. Выполнение организующих команд и приемов

Теория: слушание и наблюдение за демонстрациями педагога и товарищей по учебной группе.

Практика: выполнение упражнений и методических указаний педагога, разучивание команд, рефлексия собственных затруднений при выполнении упражнений.

2.2. Ознакомление с разновидностью спортивной ходьбы

Теория: слушание и наблюдение за демонстрациями педагога и товарищей по учебной группе.

Практика: выполнение упражнений и методических указаний педагога, разучивание техники ходьбы, рефлексия собственных затруднений при выполнении упражнений.

2.3. Ознакомления с разновидностью и техникой бега

Теория: Формирование умения действовать по сигналу педагога, быстро реагировать на сигнал, а также согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правильность упражнения.

Практика: разучивание техники бега,

2.4. Особенности выполнения упражнений с движениями частей собственного тела

Теория: Совершенствуют умение выполнять упражнения для профилактики плоскостопия и нарушения осанки, демонстрировать общеразвивающие упражнения: в положении стоя, сидя, лежа, стоя на четвереньках, с гимнастическими палками; дыхательные упражнения, выполнять упражнения для формирования осанки.

Практика: Упражнения для ног. Сгибание и разгибание ног в тазобедренных, коленных и голеностопных суставах. Упражнения для шеи и туловища. Повороты, наклоны, вращения головы. Наклоны туловища, круговые вращения и повороты туловища.

2.5. Особенности выполнения прыжков и многоскоков

Теория: Развивать умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Практика: разучивание техники прыжков.

2.6. Способы бросков, ловли, передачи и метания мяча

Теория: выполнение упражнений и методических указаний педагога,

Практика: разучивание техники бросков, ловли, передачи и метания мяча,

2.7. Особенности выполнения гимнастических и акробатических упражнений

Теория: Объяснение и показ педагога: упоры; седы; группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа с группированием и обратно (с помощью); из упора присев назад и боком; из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках, полупереворот назад в стойку на коленях.

Практика: Акцент на подстраховке и помощи как педагога, так и детей.

2.8. Особенности выполнения упражнения с предметами

Теория: правила выполнения ОРУ с палкой, с мячом, с косичкой, с обручем.

Практика: Комплексы ОРУ из 8-10 упражнений проводятся как фронтально так и в движении.

2.9. Особенности выполнения упражнений в парах

Теория: слушание и наблюдение за демонстрациями педагога и товарищей по учебной группе.

Практика: Совершенствуется умение соблюдать правила выполнять ОРУ

Комплексы ОРУ в парах, подобраны с учётом возраста занимающихся, состоят из 8-10 упражнений, проводятся фронтально.

2.10. Физкультурное мероприятие

Теория: Подготовка положения о проведении мероприятия «Олимпиадика» 1,2 этапа, обсуждение правил игрового общения.

Практика: Коллективная игровая деятельность, Умение самостоятельно следить за ходом эстафеты, за действиями товарищей по команде, за ошибками в ходе проведения эстафет.

2.10. Экскурсия на открытую спортивную площадку

Теория: Подготовка к экскурсии на открытую спортивную площадку,

Предварительный рассказ об объекте, беседа, опрос детей по тематике, какие спортивные площадки в районе им знакомы и т.д

Практика: Создание фотоотчёта по теме экскурсии. Непосредственное обследование с тренажерами и инвентарем. Дети выбирают и аргументируют понравившиеся тренажеры. Повторение техники безопасности.

3. Игрогимнастика

3.1. «Игροгимнастика- стретчинг» Создание коллективных и индивидуальных стретчинг композиций и этюдов

Теория: слушание и наблюдение за пластикой и мимикой педагога и товарищей по учебной группе,

Практика: выполнение игровых действий и методических указаний педагога, выражение эмоций через мимику, жесты, пластику, самостоятельное проведение игрогимнастики.

3.2. День открытых дверей

Теория: познакомиться педагогов и их родителей с реализуемой программой дополнительного образования, с использованием игровых технологий

Практика: физкультурное занятие.

4. Игры-путешествия

4.1. «Игры-путешествия» Путешествие участников игры по станциям

Теория: Взаимообучение, взаимоподражание, создание различных образов, работа мышц лиц, рук, ног туловища. Придумывание своих вариантов игры.

Практика: Игра «Путешествие в сказку» (цель: развивать внимание, наблюдательность, воображение детей).

4.2.Квест

Теория: постановка проблемы и цели.

Практика: прохождение квеста

5. Подвижные игры

5.1. Сюжетно-ролевые игры

Теория: выполнение упражнений и методических указаний педагога,

Практика: разучивание элементов спортивных и национальных игр, самостоятельное проведение разминки и спортивных игр, анализ собственных результатов и результатов команды в спортивной деятельности, самооценка и взаимооценка учебно – тренировочной деятельности,

5.2. Подвижные игры с элементами спортивных игр

Теория: Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям (баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Практика: Футбол (Остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками и обводка стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы).

5.3. Подвижные игры с элементами национальных игр

Теория: история возникновения национальных игр

Практика: «Городки», «Салки», «Пятнашки», «Чижик», «Кашевар», «Русская лапта».

5.4. Спортивные состязания

Теория: Подготовка положения о проведении мероприятия «Мы чемпионы» 1,2 этапа, обсуждение правил игрового общения.

Практика: Коллективная игровая деятельность, Умение самостоятельно следить за ходом эстафеты, за действиями товарищей по команде, за ошибками в ходе проведения эстафет.

6. Пальчиковая гимнастика

6.1. «Пальчиковая гимнастика» Игры, которые нас расслабляют и развивают

Теория: Объяснение детям, чем полезна пальчиковая гимнастика.

Практика: разучивание, повторение, выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; самостоятельное проведение выполнения упражнений; слушание и наблюдение за пластикой и мимикой педагога и товарищей по учебной группе,

6. 2. Массаж, самомассаж

Теория: Развитие умения у детей выполнять пальчиковую гимнастику рук и стоп, не только в пределах занятия, используя разные специализированные и подручные средства.

Практика: самостоятельное выполнение массажа

7. Креативная гимнастика

7.1. «Креативная гимнастика» Творческая идея и двигательная активность

Теория: развитие созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

Практика: разучивание, повторение, выполнение упражнений креативной гимнастики; создание игрового образа; самостоятельное проведение выполнения упражнений;

7.2. «Мастер-класс»

Теория: Придумывание правил коллективной игры.

Практика: создание игрового образа;

8. Контрольно-оценочные тесты

8.1. Промежуточный тест освоения программы

Промежуточные контрольные испытания проводятся после первого квартала реализации программы.

Эффективность реализации программы осуществляется по шести видам физических качеств общей физической подготовки:

- Скоростные (бег 10 метров);
- Скоростно-силовые (прыжок в длину с места);
- Силовые (сгибание, разгибания рук в упоре о гимнастическую скамью (сиденье стула), поднимание туловища из положения лежа на спине);
- Координация (подбрасывание и ловля мяча, статическое равновесие);

8.2. Итоговый тест освоения программы

Итоговый тест проводится по окончании освоения программы, по тем же показателям, проводится сравнительный анализ, отслеживается наличие или отсутствие динамики результатов

Техника выполнения контрольных испытаний подробно описана в разделе контрольно – оценочные средства.

1.4. Планируемые результаты общеразвивающей программы

Метапредметные результаты:

- знакомится с правилами поведения на занятиях, в игровой деятельности;

- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и физкультурных мероприятий.

Личностные результаты:

- умение использовать правила личной гигиены на физкультурных занятиях и в повседневной жизни;
- смогут включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности в игровой деятельности;
- смогут оценивать свои спортивные результаты, находить возможности и способы их улучшения.

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями;

Учащиеся получают возможность научиться:

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- подбирать физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- понимать и переживать эмоции через игровые ситуации.

2. Раздел. Организационно-педагогические условия

2.1. Календарный учебный график

Наименование ДОП	«Название»	Кол-во занятий в неделю	2
Начало учебного года	01.09.2022 г.	Количество занятий в год	69
Окончание учебного года	31.05.2023	Продолжительность занятия	30 минут
Каникулы зимние	01.01.2021-09.01.2022	Мониторинг	01.09.2021-09.09.2021
Каникулы летние	01.06.2022-31.08.2022		01.05.2022-17.05.2022
Выходные дни	Праздничные дни, установленные законодательством РФ		

2.2. Условия реализации программы

Помещение, в котором осуществляется реализация дополнительной общеразвивающей программы (далее учебное помещение), соответствует требованиям санитарных норм и правил, установленных СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41. Учебное помещение оборудовано спортивным инвентарем, согласно возрасту детей, соблюдаются гигиенические критерии допустимых условий и видов работ для ведения образовательной деятельности. Основным условием для занятий является творческая атмосфера. Для эффективных занятий нужна гармоничная, хорошо организованная среда.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

№ п/п	Комплектация помещения	Кол-во штук
1	Гимнастическая стенка	4
2	Гимнастическая скамейка	3
3	Уголок с раздаточными материалом, обручами, пособиями	1

	для упражнений	
4	Маты, батут, мягкие модули	6
5	Дорожки, коврики	10
	Инвентарь	
6	Обручи легкие и средние, разного диаметра	20
7	Мячи	20
8	Скакалки	15
9	Мешочки-утяжелители	15
10	Атласные ленты	30
11	Надувные гимнастические мячи	5
12	Гантели	15
13	Кегли (набор);	5

Кадровое обеспечение программы

Данную программу реализовывает: Панкова Полина Николаевна, педагогический стаж – 1 год, образование – среднее профессиональное, категория - нет.

Методические материалы

В процессе реализации программы используются:

- учебно-методическое пособия по физическому развитию детей дошкольного возраста;
- презентации по темам «Режим дня, личная гигиена, соблюдение гигиены при занятии спортом»;
- инструкции «Техника безопасности при занятии физической культурой в ДОУ»;
- методические сборники подвижных игр;
- методические сборники пальчиковой гимнастики, креативной гимнастики;
- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007г. №329-ФЗ,
- общая классификация физических упражнений,
- сборники ОРУ на месте и в движении.
- методики влияния русского народного творчества на эмоциональное развитие детей дошкольного возраста;

Информационное обеспечение

- проектор, компьютер, принтер.

2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Итоговый тест (контроля)

Итоговый тест проводится по окончании освоения программы, по тем же показателям, проводится сравнительный анализ, отслеживается наличие или отсутствие динамики результатов.

Техника выполнения контрольных испытаний подробно описана в разделе контрольно – оценочные средства.

Контрольно - оценочные средства

Мониторинг образовательных результатов по программе осуществляется 3 раза в год: стартовая диагностика (начало октября), текущая диагностика (по изучение тем), промежуточная диагностика (конец декабря), итоговая диагностика (конец мая).

Текущая диагностика проводится в течение учебного года по темам программы, не предполагает фиксацию результатов, проходит в виде опроса, рефлексии, решения конструктивных и иных задач по изучение раздела, темы (Приложение 1).

Оценочные материалы

Определение уровня теоретической подготовки учащихся: соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям, широта кругозора, свобода восприятия теоретической информации, осмысленность и свобода использования специальной терминологии.

Определение уровня физической подготовки обучающихся: соответствие уровня развития практических умений и навыков возрастной категории, свобода владения специальным оборудованием и оснащением, качество выполнения практического задания, технологичность практической деятельности.

Определение уровня развития и воспитанности детей: культура организации практической деятельности, активность.

Мониторинг образовательных результатов по программе

Способом определения результативности освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы служат нормативы оценки показателей физической подготовленности ДОО.

Процедура мониторинга образовательного процесса осуществляется после первого квартала и в конце учебного года на основе контрольных тестов по общефизической подготовки, определения уровня достижения планируемых результатов.

Перед тестированием оценки показателей физической подготовленности обучающихся - участники выполняют индивидуальную или общую разминку под руководством педагога.

Во время проведения тестирования обеспечиваются необходимые меры техники безопасности и сохранения здоровья участников.

Средством оценивания образовательных достижений обучающихся, наиболее соответствующим компетентностному подходу, являются НОРМАТИВЫ оценки физической подготовленности обучающихся (приложение 2).

Результаты оценки физической подготовленности обучающихся фиксируются в протокол.

Методические материалы.

При реализации дополнительной общеразвивающей программы «РОСТИшка» следующие методы и приемы работы с детьми:

- беседы;
- воспроизведение знаний и способов деятельности;
- краткое описание и объяснение действий;
- постановка проблемы и поиск решения;
- творческое использование готовых заданий (предметов), самостоятельное их преобразование;
- использование сюжета игр для организации детской деятельности, персонажей для обыгрывания сюжета;

- просмотр презентаций, фильмов, использование аудиозаписей и технических средств обучения;

- музыкальное сопровождение для пальчиковых игр, фон для занятий.

Методы и приемы реализации программы:

- наглядный;

- информационно-рецептивный;

- репродуктивный - воспроизведение знаний и способов деятельности;

- практический;

- словесный;

- проблемный;

- игровой;

- частично-поисковый.

Формы работы с родителями:

- выступление на родительские собраниях по вопросам реализации дополнительной общеразвивающей программы;

- консультации и беседы;

- информационные стенды, папки-передвижки.

Также в ходе реализации программы осуществляется:

1. Разработка методических рекомендаций по организации работы с детьми подготовительной к школе группы.

2. Составление перспективного планирования с учетом методических рекомендаций по организации работы с детьми.

3. Разработка конспектов непосредственной образовательной деятельности на основе перспективного плана.

4. Проведение мониторинга конструктивной деятельности детей, в которой будут выделены уровни освоения и критерии обследования развития конструктивной деятельности детей.

5. Изучение методической литературы.

Алгоритм учебного занятия по дополнительной общеразвивающей программе «РОСТИшка»

Исходя из современных научных представлений об учебном занятии, его содержательная цель носит триединый характер и состоит из трех взаимосвязанных, взаимодействующих развивающего и воспитательного, которые отражаются в цели по содержанию учебного материала.

Учитывая активную позицию, обучающийся в освоении материала и формировании умений, классифицировать учебные занятия по дидактической цели можно следующим образом:

- изучение и первичное закрепление новых знаний;
- закрепление знаний и способов деятельности, комплексное применение знаний и способов деятельности;
- обобщение и систематизация знаний и способов деятельности;
- проверка, оценка, коррекция знаний и способов деятельности.

Занятие имеет следующую структуру:

Организационный момент. Предполагает создание продуктивных условий для взаимодействия педагога и воспитанников.

Этап целеполагания и мотивации обеспечивает желание участников педагогического процесса работать на занятии через постановку целей и актуализацию мотивов учебной деятельности, через формирование установок на восприятие и осмысление учебной информации, развитие личностных качеств воспитанника.

Подведение итогов определяет уровень достижения целей, мера участия всех обучающихся и каждого в отдельности, оценка их работы и перспективы познавательного процесса.

3. Список использованной литературы.

Для педагога

Нормативно-методические и правовые документы:

- 1.Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012,;
- 2.Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства в РФ от 4 сентября 2014 г. №1726-р);
- 3.Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- 4.Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 9 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Основная и дополнительная научно-методическая и учебная литература:

Научно-популярная литература

1. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. - М.: Альфа-М, 2017. - 352 с.;
2. Виленский, М.Я. Физическая культура (для бакалавров) / М.Я. Виленский. - М.: КноРус, 2017. - 128 с.;
3. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика. М.: Юрайт, 2019. 174 с.;
4. Кикотия В.Я., Барчукова И.С., Физическая культура и физическая подготовка: Учебни /под ред.-М.:Юнити,2017.-288с.

Публицистическая литература

1. Аверина И.Е. – Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие / И.Е. Аверина. – 3-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2007. – 144 с.
2. Акбашев Т.Ф. – Первые шаги в «Педагогику жизни». Издательство ТОО «Вервия», г. Челябинск, 1995 г. –89 с.
3. Антропова М.В., Кузнецова Л.М., Параничева Т.М. – Режим для младшего школьника. – М.: Вентана – Графф, 2003. – 24 с.
4. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. – Игры, которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 64 с.
5. Батечко С.А, Бирюков В.С., Арийчук Е.К., Деревянко Н.А. – Двенадцать шагов к здоровью с «Тяньши». Серия «Медицина для вас». Ростов н / Д: Феникс, 2003. – 480 с.
6. Борисова М.М. – Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования: учеб. – метод. пособие / Марина Борисова. – Москва: Обруч, 2014. – 256 с.
7. Вавилова Е.Н. – Развитие основных движений у детей 3-7 лет. Система работы. – М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2007. – 160 с.
8. Вареник Е.Н. – Физкультурное-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128 с.
9. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 Кн. для работников дошк. учреждений / Е.М. Белостоцкая, Т.Ф. Виноградова, Л.Я. Каневская, В.И. Теленч. Сост. В. И. Теленчи. – М.: Просвещение, 1987. – 143 с.
10. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет: Кн. для работников дошк. учреждений / Е.М. Белостоцкая, Т.Ф. Виноградова, Л.Я. Каневская, В.И. Теленчи; – М.: Просвещение, 1987. – 143 с.
11. Глазырина Л.Д. – Физическая культура – дошкольникам. Младший возраст: Пособие для педагогов дошк. учреждений. – М.: Гуманит. изд. центр Владос, 1999. – 272 с.

12. Глазырина Л.Д. – Физическая культура – дошкольникам: Старший возраст: Пособие для педагогов дошкол. учреждений. – М.: Гуманит. изд. центр Владос, 2001. – 264 с.
13. Голубева Л.Г. – Гимнастика и массаж для самых маленьких: Пособие для родителей и воспитателей. – М.: Мозаика – Синтез, 2012. – 80 с.
14. Дереклеева Н.И. – Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2004. – 152 с.
15. Ефименко Н.Н. – Материалы к оригинальной авторской программе «Театр физического воспитания и восстановления детей дошкольного и младшего школьного возраста». – М.: Линка – Пресс, 1999. – 256 с.
16. Занозина А.Е., Гришанина С.Э. Перспективное планирование физкультурных занятий с детьми 6-7 лет. – М.: Линка – Пресс, 2008. – 80 с.
17. Как сохранить сердце ребенка здоровым / В.Н. Безобразова и др. – М.: Вентана – Графф, 2003. – 32 с.
18. Картушина М.Ю. – Сценарии досугов для детей 3-4 лет. М.: ТЦ Сфера, 2005. – 96 с.
19. Кенеман А.В. и Хухлаева Д.В. – Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Дошкольная педагогика и психология». Изд. 2-е, испр. и доп. М., «Просвещение», 1978. – 272 с.
20. Козырева О.В. – Лечебная физкультура для дошкольников (при нарушениях опорно-двигательного аппарата): Пособие для инструкторов лечеб. физкультуры, воспитателей и родителей / О.В. Козырева. – М.: Просвещение , 2003. – 112 с.
21. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. – Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): Программно-методическое пособие. – М.: Линка – Пресс, 2000. – 296 с.
22. Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие / Г.В.

Каштанова, Е.Г. Мамаева, О.В. Сливина, Т.А. Чуманова; под общ. ред. Г.В. Каштановой. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: АРКТИ, 2007. – 104 с.

23. Макарова О.С. – Игра, спорт, диалог в физической культуре начальной школы: спортивно-игровые проекты для первого класса. Пособие для учителя физической культуры. – М.: Школьная Пресса. 2002. – 64 с.

24. Маханева М.Д. – Здоровый ребенок: Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе: Методическое пособие. – М.: АРКТИ, 2004. – 264 с.

25. Маханева М.Д. – Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 1999. – 88 с.

26. Образование, творящее здоровье. Санология и валеология в учебном процессе. Методическое пособие для педагогов. – Ростов-на-Дону, - 1994. – 71 с.

27. Пензулаева Л.И. – Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики. – М.: Мозаика – Синтез, 2010. – 128 с.

28. Подольская Е.И. – Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009. – 80 с.

29. Полтавцева Н.В. – Физическая культура в дошкольном детстве: Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 4-5 лет / Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова. – М.: Просвещение, 2004. – 272 с.

30. Рунова М.А. – Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет (с учетом уровня двигательной активности)/

31. Педагогические технологии содействия детей дошкольного возраста «12 месяцев» (март) Н.Н. 2003г.

32. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей Детство-Пресс Санкт-Петербург 2012г.

Для родителей

1. Атлас мира. Виды спорта (+ 50 наклеек). - М.: Геодом, 2014. - 937 с.
2. Андрей Козенко. Формула чемпиона. Книга для родителей
3. Виктор Сухов. 10 вопросов детскому тренеру. ЛИТЕРА – 2013г.
4. Дорохов, А. Серебряный бегун / А. Дорохов. - М.: Издательство Детской литературы, 2014. - 272 с.
5. Илья Мельников. Режим юного спортсмена.
6. Костров, В.В. Шахматная тетрадь для детей и родителей / В.В. Костров. - М.: Литера, 2017. - 936 с.
7. Смирницкий Борис «Как научить ребенка кататься на велосипеде, роликах и плавать» / - М.: Вектор, 2015. - 404 с.

Перечень информационных ресурсов

1. <https://studfile.net/preview/4018486/> влияния русского народного творчества на эмоциональное развитие детей дошкольного возраста;
2. <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей";
3. <https://studfile.net/preview/4018488/> Каралашвили ЕА_мед псих пед служба в ДОУ.doc;
4. <https://studfile.net/preview/4018487/> методика Рене Жиля;
5. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2016/03/18/kartoteka-podvizhnyh-igr-podgotovitel'naya-gruppa> картотека подвижных игр для детей старшего дошкольного возраста;
6. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2016/10/08/palchikovaya-gimnastika> картотека пальчиковой гимнастики для детей старшего дошкольного возраста;
7. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/okruzhayushchiy-mir/2018/12/16/kartoteka-igr-puteshestviy-dlya-starshey-gruppy> картотека игр-путешествий для детей старшего дошкольного возраста;
8. <https://www.maam.ru/detskij-sad/kreativnaja-gimnastika-dlja-razvitiya-detskogo-dvigatel'nogo-tvorchestva-v-raznyh-voznrastnyh-grupah.html> картотека креативной гимнастики для детей старшего дошкольного возраста.

Приложение 1

Время проведения	Цель проведения	Формы оценки результативности освоения программы	Критерии	Показатели
Начальная или стартовая диагностика				
В начале учебного года.	Определение уровня стартовых возможностей обучающихся, их личностные и физические способности	Беседа, педагогическое наблюдение, выполнение упражнения (бег, прыжки, подтягивания, наклоны)	Уровень физических возможностей обучающихся Мотивация к обучению	Высокий – выполняет правильно Средний - частично Низкий – не выполняет
Текущий мониторинг				
В течение всего учебного года.	<p>Определение степени усвоения учащимися учебного материала.</p> <p>Определение готовности учащихся к восприятию нового материала.</p> <p>Повышение ответственности и заинтересованности учащихся в обучении.</p> <p>Определение уровня физических возможностей обучающихся,</p>	Педагогическое наблюдение, выполнение упражнения (бег, прыжки, подтягивания, наклоны)	<p>- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры</p> <p>- выполнять общеразвивающие, специальные упражнения;</p> <p>- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;</p>	Высокий – выполняет правильно Средний - частично Низкий – не выполняет

			– применять основы техники и тактики в футболе, волейболе, баскетболе; – способы проведения соревнован ий; - мотивация к обучению	
Итоговый мониторинг				
В конце учебного года.	Определение степени усвоения обучающи мися пройденного материала. Выявлен ие успешности и результативности усвоения уровня программы.	Педагогическое наблюдение; Тестирование; Выполнение упражнения (бег, прыжки, подтягивания, наклоны)	Степень усвоения учебного материала; Основные понятия по разделам программы (легкая атлетика, лыжная подготовка, гимнастика, спортивные игры) Повышение уровня физической подготовки обучающихся.	Высокий – выполняет правильно Средний - частично Низкий – не выполняет

Приложение 2

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
		низкий уровень	средний уровень	высокий уровень	низкий уровень	средний уровень	высокий уровень
1.	Бег 10м (с) 1 год	3,5	3,3	3,1	3,6	3,4	3,2
2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.) 1 год	менее 70 см	71 – 80 см	более 80 см	менее 70 см	71 – 80 см	более 80 см
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью(раз) (сиденье стула) 1 год	2	3	5	1	2	3
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (раз) 1год	5	7	10	5	10	15
5.	Подбрасывание и ловля мяча(раз) 1год	менее 7 р.	7-10р.	более 10р.	менее 7 р.	7-10р.	более 10р.
6.	Статическое равновесие (сек) 1год	менее 7сек	7 - 11 сек	более 11сек	менее 9сек	9 - 14 сек	более 14сек

