

Департамент образования Администрации городского округа Самара  
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр внешкольной работы «Крылатый»  
городского округа Самара



Программа принята на основании  
решения методического совета  
протокол № 1  
от «04» августа 2025 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО  
«ЦВР «Крылатый» г.о. Самара  
Шумских О.В.  
«04» августа 2025 г.  
Введена в действие Приказом  
от «04» августа 2025 г. № 04/08/01-ОД

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая разноуровневая программа  
«Здоровячок»**

Направленность – физкультурно-спортивная  
Возраст обучающихся: 3 -7 лет  
Срок реализации – 1 год

Разработчик: Холопова Светлана Николаевна  
педагог дополнительного образования

г. Самара  
2025 год

## Паспорт программы

|                                                                                          |                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Название программы                                                                       | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая разноуровневая программа «Росточек» |
| Направленность программы                                                                 | Физкультурно-спортивная                                                                |
| Вид программы                                                                            | Интегрированная                                                                        |
| Основной вид деятельности по программе                                                   | Игровая, соревновательная, спортивно - оздоровительная                                 |
| Место реализации                                                                         | ЦВР «Крылатый». ДОУ № 455                                                              |
| Уровень освоения программы (ознакомительный, базовый, продвинутый)                       | разноуровневый                                                                         |
| Форма обучения (индивидуальная, групповая; очная, очно-заочная, дистанционная)           | групповая, дистанционная                                                               |
| Возраст обучающихся                                                                      | 3-7 лет                                                                                |
| Категория состояния здоровья (включая указание на наличие ОВЗ)                           | Основная группа здоровья                                                               |
| Сведения о необходимости предоставления медицинской справки при зачислении на обучение   | Медицинская справка предоставляется                                                    |
| Сроки реализации программы                                                               | 1 год                                                                                  |
| Продолжительность реализации (в часах, в том числе по каждому году обучения)             | 72 часа – 1 год                                                                        |
| Сведения о квалификации педагогических работников, реализующих образовательную программу | Аттестован на соответствие занимаемой должности                                        |

## Содержание:

|                                        |    |
|----------------------------------------|----|
| Пояснительная записка.....             | 3  |
| Учебно-тематический план обучения..... | 9  |
| Содержание обучения.....               | 10 |
| Методическое обеспечение .....         | 15 |
| Воспитательная работа.....             | 17 |
| Список литературы.....                 | 27 |
| Календарный учебный график.....        | 28 |
| Приложение № 1.....                    | 29 |

### **Краткая аннотация**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая разноуровневая программа «Здоровячок» разработана для детей 3-7 лет и объединяет физкультурное и оздоровительное направления. Предполагается не только формирование знаний и навыков, способствующих физическому развитию и укреплению здоровья, но и обучение комплексам специальных упражнений. В процессе занятий развиваются физические качества: ловкость, быстрота, глазомер, равновесие, сила, выносливость.

Коллективные занятия содействуют воспитанию сознательной дисциплины, товарищеской взаимопомощи и сплочению коллектива, что способствует развитию коммуникативной компетенции.

### **Пояснительная записка**

Современные условия жизни общества с непрерывно растущими нервно-психическими нагрузками, социальными стрессами, отсутствие чётких нравственных ориентиров формируют ту обстановку, в контексте которой необходимо решать проблему здоровья. Нарастающая напряжённость ситуации требует формирования такого подхода к здоровью, который включал бы в качестве основы использование внутренних возможностей организма, позволял бы активно управлять развитием его адаптационных возможностей, обеспечивая устойчивость к влияниям различных стресс-факторов.

Настоящая программа предназначена для преподавания в учреждениях дополнительного образования. Программа 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 программы.

По технологии организации образовательного процесса - разноуровневая.

По направленности – физкультурно - спортивная.

По уровню освоения – общеразвивающая.

По продолжительности обучения 1 год, включающее следующие этапы – начальное образование.

### **Нормативные основания для создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.**

Программа соответствует действующим нормативным актам и государственным программным документам:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 г. №400 «О стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
- Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- ИЗМЕНЕНИЯ, которые вносятся в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р ( утверждены распоряжением Правительства РФ от 15.05..2023 № 1230-р);

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
- План мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждён распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ, (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо министерства образования и науки Самарской области № МО/1141-ТУ от 12.09.2022 г. «О направлении Методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 467 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).
- Государственная программа Российской Федерации "Развитие образования" Стратегические приоритеты в сфере реализации государственной программы Российской Федерации "Развитие образования" до 2030 года (в ред. Постановления Правительства РФ от 26.12.2024 № 1896) Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» Национальный проект «Молодежь и дети» Национальный проект «Образование»;

- Стратегия комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года. утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 17.05.2023 г. № 358;
- Стратегия реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 17 августа 2024 г. № 2233-р;
- Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
- Устав МБУ ДО «ЦВР «Крылатый» г.о. Самара.

### ***Актуальность и новизна программы***

Программа объединяет физкультурное и оздоровительное направления. Предполагается не только формирование знаний и навыков, способствующих физическому развитию и укреплению здоровья, но и обучение комплексам специальных упражнений.

В процессе занятий развиваются физические качества: ловкость, быстрота, глазомер, равновесие, сила, выносливость.

Коллективные занятия содействуют воспитанию сознательной дисциплины, товарищеской взаимопомощи и сплочению коллектива, что способствует развитию коммуникативной компетенции.

Отличительной особенностью программы является её разноуровневость, как в формировании групп по возрастным особенностям, так и внутри каждого модуля. В программе определены 3 уровня сложности: стартовый, базовый, мастер. На обучение принимаются дети с разным уровнем подготовки (с полным отсутствием навыков, а также имеющие основные навыки, творческие способности и желание развиваться) и общего развития.

Содержание программы ориентировано на создание условий для вовлечения детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, в мероприятия, содержащие элементы различных видов спорта, развитие командных, индивидуальных и игровых видов деятельности, способствующих физическому, духовному, интеллектуальному, здоровьесберегающему и патриотическому воспитанию детей.

Образовательная программа выполняет социальный заказ на формирование целостной личности, обладающей широким кругозором, запасом необходимых ценностных ориентиров, без которых невозможно органичное существование человека в окружающем мире.

***Педагогическая целесообразность*** дополнительной образовательной программы заключается в создании особой развивающей среды для выявления и развития общих и творческих способностей обучающихся, что может способствовать не только их приобщению к творчеству, но и раскрытию лучших человеческих качеств.

### **Принципы реализации образовательной программы**

Общая направленность процесса предполагает реализацию следующих принципов:

1. **Принцип личностно-ориентированного подхода**, который восходит к идеям гуманистической психологии и педагогики, направлен на ребёнка, как полноценно развивающуюся личность.
2. **Принцип природосообразности** предполагает воспитание с учетом природы ребенка, его индивидуальных биологических, физиологических и психологических особенностей.
3. **Принцип самостоятельности** обучающихся в учебном процессе предполагает его организацию таким образом, чтобы обучающиеся принимали непосредственное участие в целеполагании своей деятельности, а цели обучения, задаваемые извне, становились бы их собственными, личными целями. В этом случае обучающиеся чувствуют себя полноправными

субъектами этого процесса, свободными в творческом достижении принятых ими целей деятельности, которая приобретает характер самостоятельности, становится их собственной потребностью. Принцип самостоятельности определяет мотивационно-потребностную сферу учения.

4. Принцип сотрудничества выражен во взаимодействии педагога и обучающегося в совместном продвижении к определенным целям, отказ от принуждения, вовлечении в общий труд обучения и воспитания, вызывающий радостное чувство успеха, движения вперед.

5. Принцип здоровьесберегающих технологий заключается в том, что гигиенические условия в помещении для проведения занятий соответствуют санитарным нормам, создан психологический комфорт обучающегося на занятии, педагог рационально организует учебный процесс, используя активные формы и средства обучения, способствующие здоровьесбережению: динамические паузы, расслабление под музыку, включая игровые моменты, физкультминутки, гимнастику для глаз.

**Цель программы** – формирование бережного отношения к собственному здоровью, личностной и физической активности обучающихся.

Образовательная программа направлена на решение следующих **задач**:

| <b>Стартовый уровень</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Базовый уровень</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Уровень - мастер</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- способствовать формированию у воспитанников информационно-коммуникативной, социальной, здоровьесберегающей компетентности;</li> <li>- способствовать формированию умения организовывать сотрудничество и совместную деятельность со взрослыми и сверстниками;</li> <li>- научить обучающихся находить общее решение и разрешать конфликты, работая индивидуально и в группе;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- способствовать формированию навыков самоконтроля и самооценки;</li> <li>- обеспечить развитие и поддержание устойчивого познавательного интереса воспитанника к систематическим занятиям физическими упражнениями;</li> <li>- развивать социальную активность детей, способствовать снятию зажимов;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать у детей воображение, музыкальную фантазию, эмоциональность в исполнении упражнений, а также двигательную культуру и артистизм.</li> <li>- способствовать развитию творческих способностей; музыкального слуха и чувства ритма ребёнка;</li> <li>- сформировать знания по теории общих представлений о здоровом образе жизни и физической деятельности, развивающих кругозор ребенка.</li> </ul> |

### ***Возраст детей, режим занятий, формы обучения и сроки реализации программы***

Программа «Росточек» рассчитана на 1 года обучения обучающихся в возрасте от 3 до 7 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу. Количество занимающихся в группе года обучения составляет от 15 человек.

#### **Основные психолого-возрастные особенности:**

Дошкольный возраст (3-7 лет):

Физическое развитие: Активный рост, совершенствование двигательных навыков, завершение формирования основных функций организма.

Интеллектуальное развитие: Развитие речи, мышления, памяти, внимания, воображения. Преобладает наглядно-образное мышление, большая роль эмоций и ощущений.

Социально-эмоциональное развитие: Формирование самосознания, усвоение простых социальных норм, развивается эмпатия, появляется интерес к играм с ролевыми функциями.

Особенности обучения: Необходимо учитывать нестабильность внимания, использовать яркие и эмоциональные методы обучения, игру, наглядно-образные методы.

Распределение учебного времени производится с учётом структуры учебного процесса, с обязательным перерывом, который способствует предотвращению состояний переутомления обучающегося.

В объединение зачисляются все желающие. Желательно формировать группы в зависимости от физической подготовленности обучающихся. Обучающийся может осваивать программу по индивидуальному маршруту, который длится с 3 до 6 лет.

Процесс обучения строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями детей.

Распределение по группам происходит на основании справок о состоянии здоровья, входящей диагностики, пожеланию обучающихся и их родителей (законных представителей). Возможно обучение детей с ограниченными возможностями здоровья.

В случае возникновения эпидемиологической ситуации реализация данной программы возможна дистанционно, с применением видео уроков, вебинаров, электронной почты, группового обсуждения в беседах на странице объединения в социальной сети «ВКонтакте».

Проводятся родительские собрания по вопросу организации учебного процесса.

### ***Ожидаемые результаты***

| <b>Сферы</b>                     | <b>Уровни/критерии (объём, сложность)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                  | <b>Стартовый</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Базовый</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Мастер</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Личностные результаты</b>     | сформированные умения организовывать сотрудничество и совместную деятельность со взрослыми и сверстниками; работать индивидуально: находить общее решение и разрешать конфликты;                                                                                                                                                                | - умение совместно с педагогом принимать сотрудничество и совместную деятельность со взрослыми и сверстниками; работать в группе;                                                                                                                                                                                                | - умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность со взрослыми и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты                                                                                                                                                           |
| <b>Метапредметные результаты</b> | Регулятивные УУД: умение совместно с другими ребятами давать эмоциональную оценку своей деятельности на занятии и деятельности всей группы;<br>Познавательные УУД: умение совместно с педагогом ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного;<br>Коммуникативные УУД: сформированная коммуникативная компетентность | Регулятивные УУД: умение совместно с другими ребятами давать эмоциональную оценку своей деятельности на занятии и деятельности всей группы;<br>Познавательные УУД: умение совместно с педагогом ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного;<br>Коммуникативные УУД: сформированная коммуникативная | Регулятивные УУД: умение самостоятельно давать эмоциональную оценку своей деятельности на занятии и деятельности всей группы;<br>Познавательные УУД: умение самостоятельно ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного;<br>Коммуникативные УУД: сформированная коммуникативная компетентность обучающихся. |

|                              |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                              | обучающихся.                                                                                                                        | компетентность обучающихся.                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Предметные результаты</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- знать элементарные правила личной гигиены;</li> <li>- знать исходные положения.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- знать исходные положения, последовательность выполнения общеразвивающих упражнений;</li> <li>- знать основные правила техники безопасности при использовании спортивного оборудования;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- знать правила выполнения подвижных игр;</li> <li>- знать положение всех частей тела для сохранения правильной осанки;</li> <li>- знать правила выполнения акробатических упражнений и лёгкой атлетики;</li> </ul> |

4. Общественно – значимые результаты: в процессе обучения будет создано творческое содружество обучающегося и педагога; будут достигнуты презентабельные результаты деятельности обучающихся: призовые места в учрежденческих, городских и областных мероприятиях.

### ***Критерии и способы определения результативности***

#### **1. Личностный блок.**

| Этапы                                                                                                                                                                | Предмет контроля                                                                                     | Методы контроля           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| 1. Предварительный (начало обучения по программе)<br>2. Промежуточный (I полугодие – декабрь, II полугодие – апрель-май)<br>3. Итоговый по окончанию курса обучения. | Выявление умения организовывать сотрудничество и совместную деятельность со взрослыми и сверстниками | Педагогическое наблюдение |

#### **2. Метапредметный блок.**

| Этапы                                                                                                                                                                | Предмет контроля                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Методы контроля                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Предварительный (начало обучения по программе)<br>2. Промежуточный (I полугодие – декабрь, II полугодие – апрель-май)<br>3. Итоговый по окончанию курса обучения. | Регулятивные УУД:<br>умение совместно с учителем и другими ребятами давать эмоциональную оценку своей деятельности на занятии и деятельности всей группы;<br>Познавательные УУД:<br>умение ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного;<br>Коммуникативные УУД:<br>сформированная коммуникативная компетентность обучающихся. | Сюжетно-ролевая игра, тестирование.<br><br>Творческая работа<br><br>Методика В.Ф. Ряховского |

#### **3. Предметный блок.**

| Этапы                                          | Предмет контроля                                                | Формы проведения аттестации | Система оценки                                       |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------|
| Предварительный (начало обучения по программе) | Выявление природных данных, способности к предмету (для первого | Анкетирование               | 3 уровневая шкала (высокий уровень, средний уровень, |

|                                                                               |                                                                                                                                        |                                          |                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                               | года обучения),<br>наличие имеющихся<br>знаний и умений в<br>предмете (для<br>последующих годов<br>обучения)                           |                                          | низкий уровень)                                                               |
| Промежуточный (I<br>полугодие – декабрь,<br><br>II полугодие –<br>апрель-май) | - прочность усвоения<br>полученных знаний,<br>приемов, навыков за<br>прошедший период;<br>- выявление пробелов<br>в усвоении программы | Контрольный урок<br><br>Итоговое занятие | 3 уровневая шкала<br>(высокий уровень,<br>средний уровень,<br>низкий уровень) |
| 3. Итоговый (по<br>окончании курса<br>обучения)                               | - усвоение курса<br>программы за весь<br>период обучения                                                                               | Зачет                                    | 3 уровневая шкала<br>(высокий уровень,<br>средний уровень,<br>низкий уровень) |

4. Общественно – значимые результаты: призовые места в учрежденческих, городских, областных, всероссийских и международных мероприятиях (конкурсы).

Для определения комфортности и мотивации данной программы необходимо проводить психолого-педагогический мониторинг с привлечением специалистов.

### Учебно - тематический план

**Цель – формирование и оптимизация двигательной активности ребёнка**

|                             | <b>Стартовый</b>                                                                                                                                                                                                                   | <b>Базовый</b>                                                                                                                                                                                         | <b>Мастер</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Задачи</b>               | - сформировать у обучающихся информационно коммуникативную, социальную, здоровьесберегающую компетентность;<br>- сформировать умение организовать сотрудничество и совместную деятельность со взрослыми и сверстниками             | - сформировать умение организовать сотрудничество и совместную деятельность со взрослыми и сверстниками.<br>- обучить обучающихся акробатическим упражнениям;                                          | - ознакомить детей с элементами ритмики, акробатическими упражнениями, лёгкой атлетики, ОФП, СФП;<br>- обучить обучающихся акробатическим упражнениям, танцевальным элементам ритмической гимнастики;<br>- развивать у обучающихся координационные способности, гибкость, воображение, музыкальную фантазию, эмоциональность в исполнении упражнений, а также двигательную культуру и артистизм. |
| <b>Ожидаемые результаты</b> | <b>Знать:</b><br>- элементарные правила личной гигиены;<br>- знать названия некоторых элементов ритмики, акробатических упражнений;<br>- знать некоторые правила подвижных игр;<br>- уметь пользоваться расчёской, носовым платком | <b>Знать:</b><br>- знать некоторые правила подвижных игр;<br>- знать основные правила техники безопасности при использовании спортивного инвентаря.<br>- уметь пользоваться расчёской, носовым платком | <b>Знать:</b><br>- правила техники безопасности и поведения на занятиях, пожарной безопасности, дорожного движения.<br>- уметь пользоваться расчёской, носовым платком                                                                                                                                                                                                                           |

| №  | Наименование темы                   | Часы      |          |           |
|----|-------------------------------------|-----------|----------|-----------|
|    |                                     | Всего     | Теория   | Практика  |
| 1. | Вводное занятие.                    | 2         | 0,5      | 1,5       |
| 2. | Чистота – залог здоровья.           | 1         | 0,5      | 0,5       |
| 3. | Общая физическая подготовка.        | 13        | 0,5      | 12,5      |
| 4. | Специально физическая подготовка.   | 13        | 1        | 12        |
| 5. | Ритмика.                            | 13        | 0,5      | 12,5      |
| 6. | Элементы акробатических упражнений. | 14        | 0,5      | 13,5      |
| 7. | Элементы лёгкой атлетики.           | 14        | 0,5      | 13,5      |
| 8. | Итоговая аттестация.                | 2         | -        | 2         |
|    | <b>Итого</b>                        | <b>72</b> | <b>4</b> | <b>68</b> |

## 2.2. Содержание программы

### 1. Вводное занятие

Теория. Знакомство. Правила техники безопасности и поведения на занятиях. Спортивная форма. Гигиенические требования к одежде и обуви. Правила дорожного движения. Правила пожарной безопасности. Ознакомление с программой I года обучения.

Практика. Игра-знакомство «Имя назови». Тестирование по ОФП согласно приложению №1

### 2. Чистота – залог здоровья

Теория. Беседа «Чистота – залог здоровья». Прививать навыки бережного отношения к своему здоровью. Формировать представления о гигиенических основах безопасной жизнедеятельности. Развивать умение самостоятельно определять необходимость мытья рук.

Практика. Практическая работа с презентацией «Гигиенические процедуры».

### 3. Общая физическая подготовка

Теория. Общее понятие о строе. Техника безопасности при выполнении строевых упражнений и влезании на гимнастическую стенку.

Практические занятия

3.1. Строевые упражнения. Построения в шеренгу, колонну, круг. Ходьба. Бег. Ходьба (обычная в колонне, шеренгой с одной стороны площадки на другую, на носках, с высоким подниманием колен, с выполнением заданий, «змейкой», приставным шагом вперёд и назад). Бег (в колонне, по кругу, взявшись за руки или держась за верёвку, с высоким подниманием бедра, изменением направления по сигналу, с остановкой, «змейкой» между предметами, в быстром темпе (расстояние 10м., медленном темпе, с ловлей и увёртыванием, с чередованием с ходьбой).

3.2. Влезание на гимнастическую стенку (поочередно перехватывая руки) и сплезание с неё, лазанье по наклонной гимнастической скамейке (наклонной лестнице).

Игры на ориентировку в пространстве: «Найди свой цвет», «Найди свой домик», «Пузырь», «Птички в гнёздышках». Игровые упражнения и игры с ползанием и лазанием: «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Проползи по мостику».

### 4. Специальная физическая подготовка

Теория. Техника безопасности при выполнении общеразвивающих упражнений и упражнений для развития ловкости, гибкости, силы и быстроты.

Практические занятия:

#### 4.1. Упражнения для развития ловкости:

- общеразвивающие упражнения для рук, ног и туловища без предметов: положения рук - в стороны, вперед, вверх, назад, к плечам, за голову, на голову, за спину; для ног - поднимание ноги вперед, в сторону, отведение ноги назад, прыжки на одной, двух и со сменой ног; для туловища - наклоны вперед, в стороны, назад, поворот влево и вправо.

-общеразвивающие упражнения с предметами:

а) упражнения с гимнастическими палками: основные положения гимнастической палки (внизу,верху, впереди, на груди за головой, сзади внизу, за спиной, к плечу, вертикально впереди); наклоны (вперед, в стороны, назад), повороты туловища влево и вправо, приседания, прыжки;

б) упражнения со скакалкой: перепрыгивать через натянутую длинную скакалку на высоте 5см. на двух ногах;

в) упражнение с мячом: основные положения и движения с мячом (мяч вниз, мяч вверх, мяч вперед, мяч в сторону, мяч перед грудью, наклон вперед – мяч вниз, присед – мяч вперед, присед – мяч вниз, стойка на коленях – мяч вверх). Прокатывание мячей различного размера двумя руками из разных исходных положений: на дальность, между предметами, с попаданием в предмет. Бросывание мяча вверх двумя руками и попытки его ловить, бросание мяча двумя руками от груди и из – за головы, бросание и ловля от педагога с расстояния 1-1,5м., бросание большого мяча двумя руками через верёвку(сетку), бросание маленького мяча одной рукой через верёвку(сетку).

г) упражнения с обручем: хваты двумя руками и одной рукой положения обруча по отношению к полу в различных плоскостях (горизонтальной, вертикальной, наклонной) и по отношению к туловищу (лицевой, боковой, промежуточной). Перекаты обруча по полу, наклоны с обручем (вперед, в стороны), приседания, различные прыжки (в обруч).\

#### 4.2. Упражнения на развитие гибкости:

-из положения стоя наклон вперед, ладонями коснуться пола, то же, но захватив руками голени, грудью коснуться колен;

-мост из положения лежа на спине;

-полушпагат на левую и правую ногу;

#### 4.3. Упражнения для развития силы и быстроты:

- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на животе;

- приседания: ноги врозь и вместе;

- лазанье по наклонной скамейке;

- влезание на гимнастическую стенку и спезание с неё. Игровое упражнение «Крутая горка»

Игровое упражнения с бросанием и ловлей мяча: «Подбрось повыше».

Игры с прыжками: « Огуречик... огуречик...», «Воробышки и кот», «Поймай комара», «Прыгай – хлопай!», «Не отдам!».

### 5.Ритмика

Теория. Мир танца Знакомство с названиями упражнений по ритмики, с музыкой и её характером.

Практические занятия:

#### 5.1.Основы танцевальной азбуки.

Положения и движение корпуса, рук и головы:

- постановка корпуса: движение корпуса; наклоны: вправо, влево, вперед.

- постановка головы: движение головы; наклоны: вперед, назад, в сторону; повороты: вправо, влево.

- положение рук: свободно опущенные вниз; вытянутые вперед, в стороны, вверх; на пояс; за юбку; за спину.

- движения плеч: подъем плеч вверх и опускание вниз; круговые вращения.

Положение и движение ног:

- I и II (свободные позиции ног), VI позиция;

- полуприседания (*demi-plie*) по VI, I позициям;

- подъем на полупальцы (*releve*) по VI позиции;

- вытягивание ноги (*battement tendu*) вперед по VI позиции;

- различные движения с переносом центра тяжести с одной ноги на другую, с различными движениями рук («колышется травка», «мама полощет белье», «красим забор»).

Прыжки:

- на двух ногах по VI позиции;

- на месте с продвижением вперед;

Поклоны для девочек и мальчиков.

## 5.2. Балетная гимнастика.

Упражнения на полу на развитие выворотности, подъема, гибкости, шага и т.д. Положение на спине: позвоночник всеми точками касается пола. Сокращение и вытягивание стопы по VI и I позициям лежа на спине, ноги вытянуты в коленях. Разворачивание стоп в сокращенном состоянии из VI в позицию и возвращение лежа на спине, ноги вытянуты в коленях. Упражнения для развития выворотности: лежа на спине ноги, согнутые в коленях, развести в стороны, стопы (пятки) вместе. Наклоны корпуса вперед к вытянутым ногам. «Лягушка» (для развития выворотности) лежа на животе и сидя. Большие броски ног вперед, в сторону, назад (лежа на спине, на животе). Напряжение мышц спины в положении сидя, колени согнуты. Закрепление мышц спины: «уголок» – исходное положение на полу, ноги на

45 градусов, руки в стороны. Растяжка на шпагаты на левую и правую ногу

из седа ноги врозь. Развитие гибкости: «колечко», «корзиночка» – прогиб в спине, «ласточка» – руки и ноги высоко поднимаются вверх, в положении лежа на животе. Прогиб назад из стойки на коленях ноги врозь с постановкой рук на пол (полумост).

## 5.3. Музыкально-пространственные упражнения.

Построения: в рассыпную, в круг, в одну шеренгу, колонну по одному, в пары. Перестроения из шеренги в круг, в пары.

Упражнения на ориентировку в пространстве:

- движение по линии танца и против, «змейкой»; движение в паре.

Ходьба:

- ритмическая ходьба: шаг с остановкой (нога сзади), шаг приставной вперед в I позицию;

- имитационная ходьба: шаг с остановкой на одной ноге «цапля», «петух»; шаг на *demi-plie* – «лиса»; «толстый» – «тонкий»; шаг «королевы»; шаг широкий с размахиванием рук «волк»; шаг с движением руками «езда на паровозе», «на машине».

Бег:

- Танцевальный бег «легкий»;

- бег с высокого поднятыми коленями (с высоким подъемом бедра);

- мелкий (быстрый);

- с руками в стороны «летит самолет».

#### 5.4. Музыкально-хореографические игры

Различные игры (по усмотрению педагога) на развитие чувства ритма, музыкального слуха, артистических и танцевальных способностей ребенка в т.ч.: «Манекены», «Мышеловка», «Успей передать», «Приглашение», «Ромашка», «Бабочки», «Танцующие звери», «Мультишки» и др.

#### 5.5. Музыкально-хореографические композиции.

Постановка части танцевального номера с учетом возможностей и способностей детей данной группы.

#### 6. Элементы акробатических упражнений

Теория. Мир акробатики Знакомство с названиями акробатических упражнений. Техника безопасности при выполнении акробатических упражнений, игр и игровых упражнений на равновесие.

Практические занятия.

Элементы акробатических упражнений:

- упоры (присев лежа, согнувшись);
- группировка стоя, сидя, лежа;
- перекаты;
- равновесие на одной ноге («ласточка»).

Игры и игровые упражнения в равновесии: «Через болото», «Кружись - не упади!», «Шире шагай».

#### 7. Элементы лёгкой атлетики

Теория. Мир лёгкой атлетики. Техника безопасности при выполнении лёгкоатлетических упражнений и игр.

Практические занятия.

##### 7.1.Бег:

- в колонне;
- по кругу, взявшись за руки, держась за верёвку;
- в разных направлениях;
- с одной стороны площадки на другую, расстояние 10-20м.;
- по прямой и извилистой дорожке;
- в чередовании с ходьбой;
- с остановкой;
- со сменой направления;
- с ловлей и увёртыванием;
- в быстром темпе (расстояние 10м.);
- в медленном темпе (50-60с.).

##### 7.2.Прыжки:

- подпрыгивание на двух ногах (ноги вместе - ноги врозь);
- прыжок вверх с касанием предмета
- прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд на расстоянии 2-3м.
- прыжок в длину с места (30-40см.)
- прыжок в плоский обруч, лежащий на полу;
- прыжок в глубину (с высоты 15-20см.);
- прыжок через предмет высотой 5-10см.;
- прыжки с ноги на ногу.

##### 7.3. Метание:

- метание в горизонтальную цель двумя руками снизу и от груди с расстояния 1,5-2м.;
- метание в горизонтальную цель одной рукой;
- метание мячей или мешочков с песком в даль правой и левой рукой;
- метание в вертикальную цель сверху правой и левой рукой с расстояния 1-1,5м.

Игры с бегом: «У медведя во бору», «Карусель», «Кот и воробышки», «Птички в гнездышках», «Солнышко и дождик», «Птица и птенчики».

Игры и игровые упражнения с метанием: «Попади в круг», «Попади в ворота».

## 8. Промежуточная аттестация.

Тестирование по ОФП.

Практика: Проведение тестирования согласно приложению № 1.

### - **Умения и навыки:**

#### - Коллективно - порядковые навыки и умения:

- строиться в шеренгу, в колонну по одному (с помощью педагога), парами, в круг;
- сохранять заданное направление при выполнении упражнений, в движении реагировать на сигналы
  - ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
  - выполнять навыки основных движений ходьбы «торжественная», «спокойная», «таинственная»;
  - спину держать прямо, сохраняя заданное направление; выполнять задания педагога: остановиться, присесть, повернуться; при ходьбе с высоким подниманием колен ноги опускать на землю мягко, не топая, меньше сгибать ноги при ходьбе на носках;
  - проявлять ловкость, обходя предметы;
  - выполнять бег: легкий и стремительный не наталкиваясь друг на друга, согласовывать движения рук и ног;
  - бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием педагога.

### Умения и навыки по лёгкой атлетике, общей и специальной физической подготовки, гимнастики, в подвижных играх

- лазанье по наклонной гимнастической скамейке;
- влезанье на гимнастическую стенку и слезание с неё;
- сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы;
- приземляться при выполнении прыжка мягко на обе ноги, ноги сильно не сгибать в коленях;
- прыгать на двух ногах на месте, с ноги на ногу, с продвижением вперед на расстоянии 2-3м.;
- прыжок в глубину (с высоты 15-20см.) и через предмет высотой 5-10см.;
- энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места 30 - 40 см.;
- принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться на обе ноги, ноги сильно не сгибать в коленях;
- уметь выполнять общеразвивающие упражнения с предметами (с мячом, с гимнастической палкой, с обручем);
- брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч в заданном направлении;
- бросание и ловля мяча от педагога с расстояния 1-1,5м.
- катать мяча друг другу с расстояния 1,5- 2 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за

головы;

- метание в горизонтальную цель двумя руками снизу и от груди с расстояния 1,5-2м.;
- метание в горизонтальную цель одной рукой;
- метание мяча, мешочка в даль правой и левой рукой;
- метание в вертикальную цель сверху правой и левой рукой с расстояния 1-1,5м.;
- уметь выполнять сгибание и разгибание рук в упоре лежа на животе;
- уметь выполнять упражнения на развитие гибкости;
- выполнять комплекс акробатических упражнений (обязательной программы) по «Художественной акробатике» по категории «А».
- умение принимать игровую задачу в подвижных играх, действовать в соответствии с правилами.

#### Музыкально - ритмические навыки и умения

- двигаться в такт музыки;
- упражнять в умении самостоятельно различать темповые изменения в музыке, отвечать на них движением;
- самостоятельно начинать движения после вступления;
- приветствовать учителя и друг друга («Поклон – приветствие»).

#### Навыки и умения выразительного движения

- бегать с высоким подниманием колен, бегать на полупальцах;
- двигаться по кругу, сохраняя расстояние между друг другом;
- внимательно слушать танцевальную мелодию, чувствовать ее характер, выражать свои чувства словами, рисунками, движением;
- позиций и движение ног: I и II (свободные позиции ног), VI позиция; полуприседания (demi-plie) по VI, I позициям; подъем на полупальцы (releve) по VI позиции; подъем ноги, согнутой в колене на 90 градусов (носок у колена); вытягивание ноги (battement tendu) вперед по VI позиции.
- выполнять движения, отвечающие характеру музыки,
- уметь станцевать музыкально- хореографическую композицию.

### **Ресурсное обеспечение.**

#### **Информационно-методическое обеспечение.**

В реализации дополнительной общеобразовательной программы используются современные методы и форматы обучения, направленные на развитие:

- метапредметных навыков, навыков проектной, учебно-исследовательской деятельности;
- взаимодействия между обучающимися посредством равного обмена знаниями, умениями и навыками, при которой образовательный процесс выстраивается без активного участия в нем педагога (взаимное обучение);
- содействие эстетическому, нравственному, патриотическому, этнокультурному воспитанию детей путем приобщения к искусству, народному творчеству, художественным ремеслам и промыслам, а также сохранению культурного наследия народов Российской Федерации;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания обучающихся;
- выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональную ориентацию обучающихся;

- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения и творческого труда обучающихся;
- социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе;
- обеспечение обновления содержания программ физкультурно-спортивной направленности и развитие инфраструктуры дополнительного образования в том числе с применением цифровых технологий, современных средств коммуникации, оборудования, художественных материалов.

#### **Кадровое обеспечение.**

Для обеспечения кадрового состава дополнительной общеразвивающей программы необходимо обеспечить наличие педагогов с высокой квалификацией, которые смогут эффективно организовать обучение и развитие творческих способностей детей. Для этого можно проводить конкурсы на замещение вакантных должностей и организовывать профессиональные курсы повышения квалификации для педагогов. Также важно обеспечить доступность программы для всех желающих детей, в том числе и из малообеспеченных семей

#### **Материально-техническое обеспечение:**

- 1) Спортивный зал оборудованный для занятий физкультурой.
- 2) Ковер или коврики для каждого обучающегося, при исполнении упражнений на полу.
- 3) Канат, шведская стенка, гимнастические скамейки, гимнастические маты.
- 4) Обручи, скакалки, мячи, гимнастические палки, мешочки с песком, секундомер.
- 5) ПК, проектор, интерактивная доска.
- 6) Спортивная форма у обучающихся шорты и майка, кроссовки (чешки)

#### **Методическое обеспечение**

Для диагностики личностных, метапредметных и предметных результатов обучения используются различные диагностики из Приложения к дополнительным общеобразовательным программам «Мониторинг качества образовательно-воспитательной деятельности в МБУ ДО «ЦВР «Крылатый».

Учебный материал программы состоит из практического и теоретического разделов:

- теоретические занятия во все группах рекомендуется проводить в форме бесед, с демонстрацией наглядных пособий, по отдельным темам может излагаться в виде: докладов, презентаций.
- На практических занятиях следует дополнительно разъяснять занимающимся отдельные вопросы техники акробатических упражнений, упражнений с предметом.

Для успешной реализации программы необходимо наличие материальной базы:

- 1) Спортивный зал оборудованный для занятий физкультурой или музыкальный зал;
- 2) Ковер или коврики для каждого обучающегося, при исполнении упражнений на полу.
- 3) Канат, шведская стенка, гимнастические скамейки, гимнастические маты.
- 4) Обручи, скакалки, мячи, гимнастические палки, мешочки с песком, секундомер.
- 5) Фортепиано и концертмейстер, либо магнитофон (музыкальный центр) и фонограмма (компакт – диски с записями).
- 6) Услуги студии звукозаписи.
- 7) Услуги по моделированию и пошиву костюмов.
- 11) Спортивная форма у обучающихся и мягкая обувь (чешки) для занятий акробатикой, купальник и юбочка у девочек для занятий ритмикой
- 12) ПК, проектор, интерактивная доска.

#### **Учебно – методическое обеспечение**

1. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. - М.: Гном-Пресс, 2000г. -64с.
2. Детские подвижные игры//под ред. Е. В. Коневой.-Ростов-на-Дону: Феникс,2006.-251с.ил.-(Мир вашего ребенка).
3. Диски с учебным и танцевальным материалом: CD-ROM «хочу быть доктором», «здоровые зубки»; CD-ROM «хочу быть доктором», «первая помощь».
4. Презентации: «Гигиенические процедуры», «Путешествие в страну дорожных знаков», «Полезные и вредные продукты питания», «Исходные положения рук и ног».
5. Наглядные пособия: «Правила ухода за зубами», «Органы чувств».
6. Картотека подвижных игр по возрастам.

### **Воспитательная работа**

Ведущая роль в решении задач воспитания в объединении принадлежит воспитательной системе Центра, определяющей ценностно-смысловую направленность воспитательной деятельности, ее технологичность и результативность.

Основой воспитательного процесса в образовательных организациях является национальный воспитательный идеал- это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

Исходя из этого воспитательного идеала, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек) и специфики дополнительного образования, формулируется общая **цель воспитания в объединении:**

Личностное развитие обучающихся, проявляющееся:

- в освоении обучающимися социальных знаний, которые общество выработало на основе общественных ценностей, в том числе о современных сферах человеческой деятельности (то есть, в освоении социально значимых знаний и приобретении опыта социального взаимодействия, направленных на формирование гражданской идентичности, патриотизма, гражданской ответственности, чувства гордости за историю России, воспитание культуры межнационального общения).
- в формировании опыта самоопределения (личностного и профессионального) в разных сферах человеческой жизни посредством участия в экономических, социокультурных, профессиональных пробах;
- в овладении обучающимися способами саморазвития и самореализации в современном мире, в том числе формирования современных компетентностей и грамотностей, соответствующих основным направлениям стратегии социально-экономического развития страны, актуальным вызовам будущего.

Данная цель ориентирует педагога не на обеспечение соответствия личности ребенка единому уровню воспитанности, а на обеспечение позитивной динамики развития его личности. В связи с этим важно сочетание усилий педагога по развитию личности ребенка и усилий самого ребенка по своему саморазвитию. Их сотрудничество, партнерские отношения являются важным фактором успеха в достижении цели.

Достижению поставленной цели воспитания будет способствовать решение следующих **основных задач:**

- реализовывать потенциал наставничества в воспитании обучающихся как основу взаимодействия людей разных поколений, мотивировать к саморазвитию и самореализации на пользу людям;
- использовать в воспитании детей возможности занятий по дополнительным общеобразовательным программам, как источник поддержки и развития интереса к познанию и творчеству;
- содействовать развитию и активной деятельности детских общественных объединений;
- содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе личностных проб в совместной деятельности и социальных практиках;
- поддерживать и развивать формы детской активности через развитие клубной деятельности;
- развивать социальное партнерство как один из способов достижения эффективности деятельности.

Эффективное выполнение этих задач позволит ребенку получить необходимые социальные навыки, которые помогут ему лучше ориентироваться в сложном мире человеческих взаимоотношений, эффективнее налаживать коммуникацию с окружающими, увереннее себя чувствовать во взаимодействии с ними, продуктивнее сотрудничать с людьми разных возрастов и разного социального положения, смелее искать и находить выходы из трудных жизненных ситуаций, осмысленнее выбирать свой жизненный путь в сложных поисках счастья для себя и окружающих его людей.

### **Виды, формы и содержание воспитательной деятельности**

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы. Каждое из них представлено в соответствующем модуле.

| <b>Направление воспитания</b> | <b>Модуль</b>      | <b>Задачи воспитания</b>                                                                                                                                                 | <b>Виды, формы, содержание деятельности</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Занятия по ДООП               | Воспитываем обучая | использовать в воспитании детей возможности занятия по дополнительным общеобразовательным программам как источник поддержки и развития интереса к познанию и творчеству. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• демонстрация детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности;</li> <li>• подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения проблемных ситуаций для обсуждения на занятиях;</li> <li>• применение интерактивных форм работы, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога, командной работы и взаимодействия с другими детьми;</li> <li>• включение в занятие игровых технологий, которые помогают поддерживать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в объединении,</li> </ul> |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  | <p>помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятия;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• включение проектных технологий, позволяющих обучающимся приобрести навык генерирования и оформления собственных идей, навык самостоятельного решения проблемы, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения и т.д.;</li> <li>• применение ролевого подхода к созданию организационной структуры детского творческого коллектива: организация выборов «старосты», «президента», «руководителя» и т.д.; поддержка формирований различных функциональных минигрупп «младшие научные сотрудники», «старшие студийцы», «юные исследователи» и т.д.;</li> <li>• включение в образовательный процесс технологий самодиагностики, рефлексии, позволяющих ребенку освоить навык выражения личностного отношения к различным явлениям и событиям.</li> </ul> <p><i>Содержание деятельности:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• актуализация воспитательных практик (мероприятий, дел, изр и пр.) в процессе реализации ДООП:</li> <li>• организация игровых учебных пространств;</li> <li>• обновление содержания совместной творческой деятельности педагога и обучающихся.</li> <li>• разработка современного образовательного и воспитательного контента;</li> <li>• содействие становлению детско-взрослых научных сообществ;</li> <li>• проектирование дискуссионных образовательных пространств;</li> <li>• проектирование игровых образовательных пространств;</li> <li>• организация и педагогическая поддержка социально-значимой деятельности и социальных проб обучающихся;</li> <li>• формирование и развитие сетевых (наука, бизнес, образование и т.д.) образовательных детско-взрослых сообществ;</li> <li>• организация и педагогическая поддержка просветительской, исследовательской, поисковой, практико-ориентированной, рефлексивной деятельности обучающихся, направленной на</li> </ul> |
|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                        |                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                        |                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | освоение социальных знаний, формирование позитивного отношения к общественным ценностям, приобретения опыта социально-значимых дел.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Воспитательные мероприятия объединения | Воспитательное пространство в детском объединении | <ul style="list-style-type: none"> <li>• содействовать развитию и активной деятельности детей в общественных объединениях;</li> <li>• содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе личностных проб в совместной деятельности и социальных практиках;</li> <li>• поддерживать и развивать формы детской активности через развитие клубной деятельности.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>коллективные формы</u> (зрелищные программы): тематические концерты, спектакли, литературно-музыкальные композиции, ярмарки, праздники, балы, фестивали, митинги, парады, акции, шоу, флешмобы, батлы и т.п.;</li> <li>• <u>групповые формы</u>: <ul style="list-style-type: none"> <li>а) досуговые развлекательные тематические вечера, салоны, гостиные (отличительная черта камерность и общность интересов участников);</li> <li>б) игровые программы: конкурсы, квесты, квизы, театрализации, интеллектуальные игры,;</li> <li>в) круглые столы, мастер-классы, тематические программы, агитбригады, тематические лекции, тренинги;</li> </ul> </li> <li>• <u>индивидуальные формы</u>: беседы, консультации, наставничество, тьюторство, адресное обслуживание (для людей с ОВЗ).</li> </ul>           |
| Работа с родителями                    | Совместное воспитание Семьи и Центра              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• обеспечить согласованность позиций семьи и Центра для более эффективного достижения цели воспитания,</li> <li>• оказать методическую помощь в организации взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся в системе дополнительного образования,</li> <li>• повысить</li> </ul>                                                                    | <p><u>На групповом уровне:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• семейные клубы, предоставляющие родителям, педагогам и детям площадку для совместного проведения досуга и общения;</li> <li>• родительские гостиные, на которых обсуждаются вопросы возрастных особенностей детей, формы и способы доверительного взаимодействия родителей с детьми, проводятся мастер-классы, семинары, круглые столы с приглашением специалистов;</li> <li>• родительские дни, во время которых родители могут посещать занятия для получения представления о ходе учебно-воспитательного процесса в Центре;</li> <li>• общие родительские собрания, происходящие в режиме обсуждения наиболее острых проблем обучения и воспитания обучающихся;</li> <li>• семейный всеобуч, на котором родители могли бы получать ценные рекомендации и советы</li> </ul> |

|                                                                      |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                      |                             | <p>уровень коммуникативной компетентности родителей (законных представителей) в контексте семейного общения, исходя из ответственности за детей и их социализацию.</p>                                                                                                                                                           | <p>от профессиональных психологов, врачей, социальных работников и обмениваться собственным творческим опытом и находками в деле воспитания детей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организация на базе Центра семенных праздников, конкурсов, соревнований, направленных на сплочение семьи и Центра;</li> <li>• организация на базе Центра совместной познавательной, трудовой, культурно-досуговой деятельности, направленной на сплочение семьи;</li> <li>• родительские форумы при интернет-сайте и в социальных сетях Центра, на которых обсуждаются интересующие родителей вопросы, а также осуществляются виртуальные консультации психологов и педагогов.</li> </ul> <p><u>На индивидуальном уровне:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• работа специалистов по запросу родителей для решения острых конфликтных ситуаций;</li> <li>• участие родителей в педагогических консилиумах, собираемых в случае возникновения острых проблем, связанных с обучением и воспитанием конкретного ребенка:</li> <li>• помощь со стороны родителей в подготовке и проведении мероприятий воспитательной направленности;</li> <li>• индивидуальное консультирование с целью координации воспитательных усилий педагогов и родителей.</li> </ul> |
| Передача опыта, основанная на партнерстве наставника и наставляемого | Наставничество и тьюторство | <ul style="list-style-type: none"> <li>• реализовывать потенциал наставничества в воспитании обучающихся как основу взаимодействия людей разных поколений;</li> <li>• мотивировать к саморазвитию и самореализации на пользу людям;</li> <li>• выявление и развитие образовательных интересов и мотивов обучающегося;</li> </ul> | <p><u>Взаимодействие наставника и наставляемого может проходить в рамках:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• участия в совместных конкурсах и проектных работах;</li> <li>• участия в конкурсах и олимпиадах;</li> <li>• совместных походов на спортивные и культурные мероприятия;</li> <li>• создания клуба по интересам;</li> <li>• создания продукта;</li> <li>• выездных мероприятий;</li> <li>• экскурсий в место обучения, место работы наставника;</li> <li>• совместного участия в занятиях с целью определения образовательной траектории наставляемого) и др.</li> </ul> <p><u>Формы тьюторского сопровождения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• индивидуальная тьюторская беседа (консультация);</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|                                                     |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                     |              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• использование актуальных и современных образовательных ресурсов, необходимых для разработки индивидуальной образовательной программы;</li> <li>• работа с образовательным заказом, поступающим от семьи обучающегося;</li> <li>• формирование у обучающегося учебной и образовательной рефлексии</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• групповые тьюторские консультации;</li> <li>• учебный тьюторский семинар (тьюториал);</li> <li>• тренинг;</li> <li>• образовательное событие и др.</li> </ul> <p>Технологии тьюторского сопровождения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• проектирование;</li> <li>• технология портфолио;</li> <li>• проведение дебатов;</li> <li>• экспериментальная работа;</li> <li>• творческая мастерская;</li> <li>• развитие критического мышления;</li> <li>• игровые технологии;</li> <li>• вопросно-ответные технологии.</li> </ul> <p>Содержание деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• установление партнерских отношений;</li> <li>• изучение необходимого и достаточного информационного поля об устройстве образовательного пространства (объединения, курсы, кружки и т.д.); поддержка процессов самоопределения и самореализации обучающегося:</li> <li>• корректировка самоопределения обучающегося;</li> <li>• повышение образовательной мотивации обучающегося:</li> <li>• активизация творческой инициативы обучающегося и др.</li> </ul> |
| Добровольческая и общественно-значимая деятельность | Волонтерство | <ul style="list-style-type: none"> <li>• оказание безвозмездной помощи людям, нуждающимся в ней;</li> <li>• формирование и развитие гражданской позиции, социальной ответственности, самоорганизации, солидарности, взаимопомощи и милосердия в обществе;</li> <li>• развитие и поддержка детских и молодежных инициатив, направленных на организацию</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Помощь детям «группы риска», неблагополучным семьям.</li> <li>• Помощь инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья.</li> <li>• Помощь ветеранам, одиноким престарелым и пожилым людям.</li> <li>• Участие в защите окружающей среды, благоустройстве территорий, экологические проекты.</li> <li>• Зоозащита.</li> <li>• Участие в создании возможностей для творческого самовыражения и раскрытия творческого потенциала каждого гражданина, сохранении исторического и культурного наследия, восстановлении и сохранении историко-культурной среды обитания.</li> <li>• Участие в развитии и популяризации физической культуры, спорта и активного досуга, в организации и проведении муниципальных, региональных, межрегиональных общественных и</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

|                                            |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                            |                     | <p>добровольческого (волонтерского) труда молодежи;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• интеграция обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, в жизнь общества.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>международных физкультурных и спортивных мероприятий, в том числе спортивных соревнований.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Участие в ведении работы по пропаганде здорового образа жизни, организация и проведение профилактической работы по противодействию распространению социально значимых заболеваний;</li> <li>• Участие в укреплении мира, дружбы и согласия между народами, предотвращении социальных, межнациональных, межэтнических, религиозных конфликтов.</li> <li>• Образовательные проекты.</li> <li>• Помощь в организации культурно - массовых мероприятий.</li> <li>• Социально-культурные проекты.</li> </ul>                                                                |
| Воспитание посредством музейной педагогики | Музейное воспитание | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Приобщение к музею и музейной культуре с раннего возраста.</li> <li>• Формирование потребности в общении с культурным наследием и ценностного отношения к нему.</li> <li>• Активизация творческих способностей личности и творческой деятельности в музее. Поиск новых форм общения с культурным наследием.</li> <li>• Создание многоступенчатой системы музейного образования (школа – музей – учреждения дополнительного образования - вуз).</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Создание музейного комплекса, через реализацию сквозной воспитательной программы Центра «Я поведу тебя в музей...» для 40% обучающихся;</li> <li>• Проведение экскурсий совместно с детьми и родителями;</li> <li>• дидактические и творческие выставки;</li> <li>• школы визуального и пространственного мышления, приобщающей личность к окружающему миру через памятники культуры и искусства;</li> <li>• пространства, аккумулирующего эстетический опыт человечества и предоставляющего индивиду возможность самоидентификации;</li> <li>• фильтра качества в отношении человека к жизни и окружающей среде в ее предметном, философско-этическом плане.</li> </ul> |
| Воспитатель                                | Духовно             | создавать                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формы коллективной деятельности детей и</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                                    |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ельные мероприятия Центра          | - нравственные ценности и в традиционных мероприятиях Центра | воспитательное пространство возможностей для приобретения опыта социального взаимодействия и продуктивной деятельности, личного самоопределения.                                                                                                                                                                                  | <p>взрослых, где воспитательное взаимодействие осуществляется скрыто, незаметно по ходу общей работы: коллективные творческие дела, коллективные творческие праздники, коллективные творческие игры.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формы прямого открытого воспитательного воздействия воспитательные мероприятия и воспитательные занятия, где педагог целенаправленно формирует какое-либо общественно значимое нравственно обусловленное свойство личности или конкретное мнение (например, проектная и исследовательская деятельность).</li> </ul> <p>На уровне учреждения это могут быть: разновозрастные сборы; традиционные творческие праздники; торжественные ритуалы; КТД совместно с родительским сообществом; церемонии награждения, социальные проекты, открытые дискуссионные площадки, праздники, фестивали и представления и др.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• В воспитательном процессе учреждения большую роль будут играть традиции, сложившиеся в детских творческих объединениях и учреждении - традиции чести и красоты коллектива; традиции, позволяющие продолжать и углублять освоение содержания ДООП, устанавливать, развивать, усложнять позитивные воспитательные отношения.</li> </ul> |
| Охрана здоровья и окружающей среды | От здорового образа жизни к здоровой планете                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формирование потребности здорового образа жизни у обучающихся;</li> <li>• Поднятие престижа здорового образа жизни среди детей, родителей и педагогов</li> <li>• Формирование осознания необходимости охраны окружающей среды для здоровой и полноценной жизни людей на Земле</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Просветительская работа с обучающимися, их родителями (законными представителями) и работниками Центра: лекции, беседы, консультации.</li> <li>• Экологические десанты на территории района, города и области</li> <li>• Спортивные мероприятия: «папа, мама, я – спортивная семья», «Весёлые старты» и т.п.</li> <li>• Социальные акции, направленные на борьбу со СПИДом, наркотиками, курением</li> <li>• Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный и воспитательный процесс</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

### **Основные направления самоанализа воспитательной работы**

Самоанализ воспитательной работы, организуемой в объединении, осуществляется по выбранным направлениям деятельности и проводится с целью выявления основных проблем воспитания в детском коллективе и последующего их решения.

Самоанализ осуществляется ежегодно силами педагога с привлечением (при необходимости и по самостоятельному решению) администрации Центра.

Основными принципами, на основе которых осуществляется самоанализ воспитательной работы являются:

- **принцип гуманистической направленности** осуществляемого анализа, ориентирующий экспертов на уважительное отношение как к воспитанникам, так и к педагогам, реализующим воспитательный процесс;
- **принцип приоритета анализа сущностных сторон воспитания**, ориентирующий экспертов на изучение не количественных его показателей, а качественных – таких как содержание и разнообразие деятельности, характер общения и отношений между детьми и педагогами;
- **принцип развивающего характера** осуществляемого анализа, ориентирующий экспертов на использование его результатов для совершенствования воспитательной деятельности педагогов: грамотной постановки ими цели и задач воспитания, умелого планирования своей воспитательной работы, адекватного подбора видов, форм и содержания их совместной с детьми деятельности;
- **принцип разделенной ответственности** за результаты личностного развития воспитанников, ориентирующий на понимание того, что личностное развитие ребёнка – это результат как социального воспитания (в котором детский сад участвует наряду с другими социальными институтами), так и стихийной социализации, и саморазвития детей.

Основными направлениями анализа организуемого в учреждении воспитательного процесса могут быть следующие.

#### ***Состояние организуемой совместной деятельности детей и взрослых***

Критерием, на основе которого осуществляется данный анализ, является наличие в объединении и Центре интересной, событийно насыщенной и личностно развивающей совместной деятельности детей и взрослых.

Способами получения информации о состоянии организуемой совместной деятельности детей и взрослых могут быть беседы с детьми их родителями, педагогами, при необходимости – их анкетирование. Полученные результаты обсуждаются на заседании педагогического совета.

Показателями организуемой в Центре совместной деятельности детей и взрослых являются:

- системность воспитательной деятельности (наличие общих ключевых мероприятий, традиций коллектива, реализуемых интегрированных проектов и т.п.);
- координация всех звеньев воспитательной системы;
- наличие положительной эмоциональной атмосферы обучения, способствующей оптимальному напряжению умственных и физических сил обучающихся;
- открытость воспитательного и преобразовательного процессов объединения общественности (наличие медиа пространства, социального партнёрства, организация

социально значимой деятельности и др.);

- освещение деятельности объединения обучающимися детских медиа коллективов;
- соответствие личностно развивающего потенциала занятий в рамках реализации

ДООП воспитательной миссии и традициям учреждения;

- наличие форм работы по самоопределению и профориентации обучающихся;
- вовлеченность семьи в воспитательный процесс объединения, наличие мероприятий с

участием семьи;

Итогом самоанализа организуемой в объединении воспитательной работы, является перечень выявленных проблем, над которыми предстоит работать педагогу в следующем учебном году.

## Список литературы

1. Авторская программа «Художественная акробатика» А.А.Горлова., 2018.
2. Детские подвижные игры//под ред. Е. В. Коневой.-Ростов-на-Дону: Феникс,2020.-251с.ил.-(Мир вашего ребенка).
3. Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 3-7лет: планирование, занятия, игры/ ававт.- сост. М.Р. Югова.- Волгоград: Учитель, 2019.-137с.
4. Взаимодействие педагогов и родителей в реализации физического развития детей 3-7лет. Инновационный педагогический проект. Программа / авт. –сост. И.А. Стефанович. – Волгоград: Учитель, 2019.-79с.
5. Ерохина О.В. Школа танцев для детей / Серия «Мир вашего ребёнка». – Ростов н /Д : Феникс, 2003. – 224с.
6. Головин О.В. Двигательная активность дошкольников: учебное пособие. – Новосибирск: ГЦРО, 2009. – 304 с.
7. Здоровьесберегающая система дошкольной образовательной организации: модели программ, рекомендации, разработки занятий/ авт. – сост. М.А. Павлова, М.В. Лысогорская, канд. психол. наук.- Изд.2-е, исп. и доп.- Волгоград: Учитель, 2016.-183с.
8. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников / авт.- сост. Л.Н. Волошина, Е.А. Гавришова, Н.М. Елецкая, Т.В. Курилова.- Волгоград: Учитель, 2023.-141с.
9. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. - М.: Гном-Пресс, 2000г. -64с.
10. Кураев А. Осторожно: валеология. //Школьное богословие, Спб., 2000г. с.108-139.
11. Лёвина С.А., Тукачёва С.И. Физкультминутки / Авт. – сост. С.А. Левина, С.И. Тукачёва. – Волгоград: Учитель, 2005. – 68с.
12. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7лет.- М.: Мозаика- Синтез, 2019.-96с.
13. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант) / под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. М.: Мозаика – Синтез, 2021.
14. Погадаев Г.И. Спортивные сооружения, учебное оборудование и инвентарь общеобразовательного учреждения: метод. пособие / Г. И. Погадаев. – М.: Дрофа, 2021. – 80с.: (Библиотека учителя).
15. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей «От ритмики к танцу»/ Авт. – сост. Шершнев В.Г.- Москва. 2018.
16. Радуга: Примерная основная образовательная программа дошкольного образования. Проект / [С. Г. Якобсон,Т. И. Гризик, Т.Н. Доронова и др.]. – М.: «Просвещение», 2019. - 232с.
17. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7лет/ Авт. – сост.Э.Я. Степаненкова.- М.:МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2018.-144с.
18. Теория и методика физического воспитания дошкольников: Учебное пособие/ Составитель В.И. Росляков. Самара: Издательство—ООО «Порто-принт», 2019.-117с.
19. Физическое развитие детей 2-7лет: сюжетно- ролевые занятия/ авт.-сост. Е.И. Подольская.-Волгоград: Учитель,2019.-229с.

## **Годовой календарный учебный график**

### **1. Продолжительность учебного года:**

Начало учебного года – 01 сентября 2025 года

Окончание учебного года – 31 мая 2026 года

Количество учебных недель: 36 для обучающихся Центра

### **2. Регламентирование образовательного процесса на учебный год:**

Учебный год делится на полугодия:

1 полугодие – продолжительность с 01.09.2025 по 30.12.2025

2 полугодие – продолжительность с 09.01.2026 по 31.05.2026

Продолжительность каникул:

Зимние каникулы: 01 - 08.01.2026

Летние каникулы: 01.06 - 31.08.2026

### **3. Регламентирование образовательного процесса по неделе:**

Продолжительность учебной недели: 6-ти дневная учебная неделя.

### **4. Сменность:**

Время занятий: с 8:00 до 21:00

Продолжительность занятий: для дошкольников – 20-30 минут,

для других категорий обучающихся – 40 минут.

Перерыв: не менее 10 минут для отдыха детей и проветривания помещений.

## Тестирование

### Прыжок в длину с места

Исходное положение: стойка босиком на полужесткой опоре (ковре), ноги на ширине ступни. Задание: взмахом рук и толчком двух ног прыгнуть как можно дальше. Оценивается: длина прыжка от линии старта до пятки «ближней» ноги в сантиметрах. Учитывается: средний результат из трех попыток.

#### Оценка результатов тестирования

| Возраст | Пол | Высокий   | Средний    | Низкий   |
|---------|-----|-----------|------------|----------|
| 4 года  | м   | 70,0 и >  | 58,0-69,5  | 57,0 и < |
|         | д   | 70,0 и >  | 60,0-69,0  | 59,0 и < |
| 5 лет   | м   | 92,0 и >  | 77,1-91,6  | 76,0 и < |
|         | д   | 87,0 и >  | 76,2-86,5  | 75,0 и < |
| 6 лет   | м   | 101,0 и > | 86,3-100,0 | 85,0 и < |
|         | д   | 100,0 и > | 88,0-99,6  | 87,0 и < |

### Бег 30 м (с)

Исходное положение: высокий старт. Перед началом бега подаются подготовительные команды: «На старт!», «Внимание!», «Марш!». Результат фиксируется с точностью до 0,1 с.

#### Оценка результатов тестирования

| Возраст | Мальчики  |         |         | Девочки   |          |         |
|---------|-----------|---------|---------|-----------|----------|---------|
|         | Низкий    | Средний | Высокий | Низкий    | Средний  | Высокий |
| 4 года  | 10,0-10,7 | 9,5-9,9 | 9,4-8,7 | 10,3-12,7 | 9,9-10,2 | 9,8-8,7 |
| 5 лет   | 9,3-10,0  | 8,4-9,2 | 8,3-7,9 | 9,3-10,2  | 8,9-9,2  | 8,8-8,3 |
| 6 лет   | 8,3-8,5   | 7,7-8,2 | 7,6-7,5 | 8,9-9,2   | 8,3-8,8  | 8,2-7,8 |

### Бег на 10 м (с)

#### Оценка результатов тестирования

| Возраст | Мальчики  |           |          | Девочки   |           |          |
|---------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|----------|
|         | Низкий    | Средний   | Высокий  | Низкий    | Средний   | Высокий  |
| 4 года  | 3,2-3,4   | 2,8-3,1   | 2,4-2,7  | 3,2-3,4   | 2,9-3,1   | 2,6-2,8  |
| 5 лет   | 2,5 – 2,6 | 2,3-2,4   | 2,1-2,2  | 2,6 -2,7  | 2,4-2,5   | 2,2-2,3  |
| 6 лет   | 2,2-2,14  | 2,07-2,13 | 2,0-2,06 | 2,3 4-2,4 | 2,27-2,33 | 2,2-2,26 |

### Бросок набивного мяча (1кг) из-за головы, см

Исходное положение: стоя, слегка расставив ноги. Ребенок, стоя у линии, начерченной

на полу, бросает мяч двумя руками из-за головы как можно дальше. Для большей результативности перед ребенком следует поставить цель: начертить линию, куда надо бросать мяч. Качество броска: соблюдения направления при броске (вперед, вниз, вверх).

#### Оценка результатов тестирования

| Возраст | Мальчики |         |         | Девочки |         |         |
|---------|----------|---------|---------|---------|---------|---------|
|         | Низкий   | Средний | Высокий | Низкий  | Средний | Высокий |
| 4 года  | 117-139  | 140-162 | 163-185 | 97-123  | 124-150 | 151-178 |
| 5 лет   | 187-214  | 215-242 | 243-270 | 138-165 | 166-193 | 194-221 |
| 6 лет   | 221-248  | 249-275 | 276-303 | 156-189 | 190-222 | 223-256 |

#### Учебные соревнования

Учебные соревнования – выполнение акробатических упражнений (обязательной программы по «Художественной акробатике») для II и III года обучения – в декабре.

#### Основные соревнования

Они проводятся в мае по программе «Художественной акробатики» на учрежденческих и районных соревнованиях.

Для II года обучения – выполнение обязательной программы по категории «А».

Для III года обучения – выполнение обязательной программы по категории «А», «Б».

#### Итоговое занятие

Подведение итогов и награждение ребят, показавших наилучшие результаты по итогам года выполнения программы.