

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 «01» августа 2023 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО  
«ЦВР «Крылатый» г.о. Самара  
Шумских О.В.  
«01» августа 2023 г.

Введена в действие Приказом  
от «01» августа 2023 г. № 01/08/02-ОД

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

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

Разработчик: Холопова Светлана Николаевна  
педагог дополнительного образования

г. Самара  
2023 год

## Паспорт программы

Название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая разноуровневая программа «Росточек»
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Вид программы	модульная
Основной вид деятельности по программе	Игровая, соревновательная, спортивно - оздоровительная
Место реализации	ЦВР «Крылатый»
Уровень освоения программы (ознакомительный, базовый, продвинутый)	разноуровневая
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)	144 часа – 1 год
Сведения о квалификации педагогических работников, реализующих образовательную программу	Аттестован на соответствие занимаемой должности

### Содержание:

Пояснительная записка.....	3
Учебный план .....	9
Первый модуль .....	9
Второй модуль .....	14
Третий модуль .....	19
Четвёртый модуль .....	20
Методическое обеспечение образовательного процесса.....	22
Воспитательная работа.....	23
Список литературы.....	32

### **Краткая аннотация**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая разноуровневая программа «Росточек» 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 «Росточек» предназначена для преподавания в учреждениях дополнительного образования.

По технологии организации образовательного процесса - разноуровневая.

По направленности – физкультурно - спортивная.

По уровню освоения – общеразвивающая.

По продолжительности обучения 1 год, включающее следующие этап – начальное.

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

Программа соответствует действующим нормативным актам и государственным программным документам:

– Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

– Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-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);

– 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»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- 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»).
- 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;*
- Устав МБУ ДО «ЦВР «Крылатый» г.о. Самара.

#### **Актуальность**

Содержание программы ориентировано на приоритетные направления социально-экономического и территориального развития Самарской области на основе прогнозных оценок развития рынка труда, а также региональных стратегий социально-экономического и пространственного развития Самарской области, на создание условий для вовлечения детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, в мероприятия, содержащие элементы различных видов спорта, на развитие командных, индивидуальных и игровых видов деятельности, способствующих физическому, духовному, интеллектуальному, здоровьесберегающему и патриотическому воспитанию детей.

В программе учитываются образовательные потребности и интересы обучающихся, в разработку дополнительной общеобразовательной программы вовлекались обучающиеся, представители общественных объединений, работодатели и родительские сообщества.

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).

Кроме того, программа дает возможность не только развивать физические резервы ребенка, но и воспитывает в ребенке самодисциплину, уверенность, культуру общения, умение добиваться поставленной цели. Учитывая разноплановость модулей, формируется полноценная личность с твердыми моральными и этическими устоями, данная программа позволяет определить одаренность и выявить способности ребенка к определенному виду спорта. И это позволяет правильно ориентировать, каждого ребенка, в ту область, в которой он более перспективен и одарен.

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.

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.

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. \

**Новизна** данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной.

Программа состоит из 4 модулей:

Модуль №1 «Лёгкая атлетика».

Модуль №2 «Общая и специально физическая подготовка».

Модуль №3 «Гимнастика».

Модуль №4 «Дистанционное обучение».

Программа предусматривает реализацию модулей как самостоятельных единиц, так и использование комбинированных занятий с использованием разных модулей.

Все модули содержат контрольно-измерительные материалы, которые способствуют повышению качества спортивной подготовки и позволяют ее корректировать в соответствии с полученными результатами. В конце каждого модуля определяется степень усвоения ребенком данного материала, путем приема нормативов, проведений спортивного праздника.

**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 самодеятельности, 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** – создание условий для воспитания гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формирования эффективной системы выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи, основанной на принципах справедливости, всеобщности и направленной на самоопределение и профессиональную ориентацию 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 активности, развивающих кругозор ребенка.</li> </ul>

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

Программа «Здоровый росток» рассчитана на 1 год обучения обучающихся в возрасте от 5 до 7 лет.

На освоение программы отводится 144 часа в год (2 раза в неделю по 2 часа). Количество занимающихся в группе обучения составляет 15 человек.

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

учащегося.

В объединение зачисляются все желающие. Желательно формировать группы в зависимости от физической подготовленности обучающихся. Обучающийся может осваивать программу по индивидуальному маршруту, который длится с 4 до 6 лет. Прием осуществляется на добровольной основе, а также путем заключения договоров с учреждениями общего образования.

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*

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

<b>Предметные результаты</b>	- знать элементарные правила личной гигиены; - знать исходные положения.	- знать исходные положения, последовательность выполнения общеразвивающих упражнений; - знать основные правила техники безопасности при использовании спортивного оборудования;	- знать правила выполнения подвижных игр; - знать положение всех частей тела для сохранения правильной осанки; - знать правила выполнения акробатических упражнений и лёгкой атлетики;
------------------------------	---	--	--

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) 2. Промежуточный (I полугодие – декабрь, II полугодие – апрель-май) 3. Итоговый по окончанию курса обучения.	Выявление: 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) 2. Промежуточный (I полугодие – декабрь, II полугодие – апрель-май) 3. Итоговый по окончанию курса обучения.	Регулятивные УУД: умение совместно с учителем и другими ребятами давать эмоциональную оценку своей деятельности на занятии и деятельности всей группы;  Познавательные УУД: умение ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного; Коммуникативные УУД: сформированная коммуникативная компетентность обучающихся.	Сюжетно-ролевая игра, тестирование.  Творческая работа  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 года обучения), наличие имеющихся знаний и умений в предмете (для последующих годов обучения)	Анкетирование	3 уровневая шкала (высокий уровень, средний уровень, низкий уровень)
Промежуточный (I полугодие – декабрь,  II полугодие – апрель-май)	- прочность усвоения полученных знаний, приемов, навыков за прошедший период;  - выявление пробелов в усвоении программы	Контрольный урок  Итоговое занятие	3 уровневая шкала (высокий уровень, средний уровень, низкий уровень)
3. Итоговый (по окончании курса обучения)	- усвоение курса программы за весь период обучения	Зачет	3 уровневая шкала (высокий уровень, средний уровень, 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.

### Учебный план

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Гимнастика.	2,25	65,75	68
2.	Общая и специальная физическая подготовка	1,5	30,5	32
3.	Дистанционное обучение	-	12	12
4.	Лёгкая атлетика.	2,75	29,25	32
	<b>Итого</b>	<b>6,5</b>	<b>137,5</b>	<b>144</b>

### Первый модуль «Гимнастика»

**Цель** – формирование у обучающихся социально значимых, ценностно - смысловых установок, развитие способности к творческому самовыражению и самореализации через теоретическое и практическое знакомство с гимнастикой.

	<b>Стартовый</b>	<b>Базовый</b>	<b>Мастер</b>
--	------------------	----------------	---------------

<b>Задачи</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать у обучающихся информационно коммуникативную, социальную, здоровьесберегающую компетентность;</li> <li>- сформировать умение организовать сотрудничество и совместную деятельность со взрослыми и сверстниками</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать умение организовать сотрудничество и совместную деятельность со взрослыми и сверстниками.</li> <li>- обучить обучающихся акробатическим упражнениям;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обучить обучающихся акробатическим упражнениям, танцевальным элементам ритмической гимнастики;</li> <li>- развивать у обучающихся координационные способности, гибкость, воображение, музыкальную фантазию, эмоциональность в исполнении упражнений, а также двигательную культуру и артистизм.</li> </ul>
<b>Ожидаемые результаты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- мотивация к занятию спортом в дальнейшей жизни;</li> <li>- формирование умения организовывать собственную деятельность;</li> <li>- сформированы представления о зарождение гимнастики как вида спорта;</li> <li>- сформированы освоены и навыки танцевальных движений, сформированы навыки и представления ;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие познавательных интересов, творческой активности и инициативы в области спорта;</li> <li>- формирование навыков коммуникативного общения в условиях совместной деятельности;</li> <li>- сформированы элементарные представления о комплексах дыхательной гимнастики, упражнений для профилактики близорукости, физических упражнений с оздоровительной направленностью;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</li> <li>- формирование жизненно важных гигиенических навыков;</li> <li>- сформированы знания по технике безопасности и правилам поведения в зале.</li> </ul>

### Учебно – тематический план первого модуля

№	Название раздела, темы	Теория	Практика	Всего часов	Формы аттестации/контроля
<b>«Основы знаний»</b>					
1.	Вводное занятие. Знакомство с программой Т.Б., П.Б. История рождения и развития гимнастики.	1	-	1	Беседа. Наблюдение.
<b>«Гимнастика»</b>					
2	Ритмическая гимнастика	0,25	15,75	16	Беседа, наблюдение.
3	Партерная гимнастика	-	11	11	Тест.

4	Пальчиковая гимнастика	-	6	6	Беседа, наблюдение.
5	Гимнастика для глаз	-	6	6	Выполнения комплекса гимнастики для глаз. Опрос
5	Дыхательная гимнастика	0,25	5,75	6	Выполнения комплекса дыхательной гимнастики. Опрос
6	Элементы акробатических упражнений	0,25	19,75	20	Выполнений комбинаций по категории «А»
	Итоговая аттестация	-	2	2	Соревнования
	<b>Итого</b>	<b>1,75</b>	<b>66,25</b>	<b>68</b>	

### Содержание программы первого модуля

#### Раздел «Основы знаний»

##### Тема: Вводное занятие.

Теория: Знакомство с программой Т.Б., П.Б. История рождения и развития гимнастики.

#### Раздел «Гимнастика»

##### Тема: Ритмическая гимнастика

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

Практические занятия.

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 поясе; за юбку; за спину.

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

Позиции ног:

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

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 II и VI позиции:

- на месте со сменой позиции;

- с продвижением вперед на одной ноге.

Поклоны для девочек и мальчиков.

Музыкально-пространственные упражнения

Построения: линия, круг, шеренга, колонна, перестроения в колонну по два, по три; перестроения из колонны по одному в колонны по три.

Упражнения на ориентировку в пространстве:

- различие правой и левой ноги, руки, плеча: повороты вправо, влево; движение по линии танца и против; движения по диагонали; определение точек зала; движение в паре.

Ходьба:

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

- имитационная ходьба: шаг с остановкой на одной ноге «цапля», «петух»; шаг на demi-plié – «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 высоким подниманием бедра;
- мелкий (быстрый);
- с руками в стороны «летит самолет».

Подскоки:

- с продвижением вперед с руками «противоходом»;
- в сочетании с прыжками и хлопками;
- па галопа с правой и с левой ноги с подскоками.

Музыкально-хореографические игры.

Различные игры (по усмотрению педагога) на развитие чувства ритма, музыкального слуха, артистических и танцевальных способностей ребенка т.ч.: «Запомни мелодию», «Будь внимателен!», «После дождя», «Танцуй, да не зевай».

Музыкально-хореографические композиции

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

Тема: Партерная 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 с левой и правой ноги (ноги в стороны). 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).

Тема: Пальчиковая гимнастика

Практические занятия. Комплексы пальчиковой гимнастик.

Тема: Гимнастика для глаз

Практические занятия.

Комплексы упражнений для профилактики близорукости.

Игры: «Внимательные глазки», «Жмурки».

Тема: Дыхательная гимнастика

Теория. Беседа об органах дыхания. Правила дыхания при выполнении общеразвивающих упражнений, ходьбе, беге, прыжках.

Практика

Комплексы дыхательной гимнастики (методики дыхательной гимнастики по К. П. Бутейко. А.Н. Стрельниковой, по системе йоги и другие)

Игры: «Кто громче?», «Шарик», «Хомячки», «Подпрыгни и подуи на шарик».

Тема: Элементы акробатических упражнений

Теория Мир акробатики Знакомство с упражнениями по акробатике. Техника безопасности при выполнении акробатических упражнений.

Практические занятия.

- упоры (присев лежа, согнувшись);
- седы (на пятках, углом);
- группировка стоя, сидя, лежа;
- перекаты вперед, назад, в стороны;
- кувырок в группировке вперед и назад;
- стойка на лопатках с опорой руками;
- равновесие на одной ноге («ласточка»);
- мост из положения лежа;
- переворот боком («колесо»);
- полушпагаты на правую и левую ногу;
- шпагаты на правую и левую ногу.

Акробатическая комбинация обязательной программы «Художественной акробатики» категории «А». Игры и игровые упражнения: «За высокими, за низкими», «Донеси - не урони», «Весёлые снежинки».

**Итоговая аттестация** Соревнования по художественной акробатике.

### **Методическое обеспечение программы:**

#### **Оценочные материалы:**

Отслеживание результативности реализации программы осуществляется следующими способами:

- начальный контроль (в форме теста);
- текущий контроль знаний в процессе устного опроса;
- текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- взаимоконтроль; самоконтроль;
- итоговый контроль умений и навыков (соревнования).

#### **Формы проведения занятий**

Предусмотрены фронтальные и последовательные (по очереди) способы выполнения заданий, работа в парах и тройках. По содержанию большая часть занятий - комбинированные. Комбинированная форма включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций, презентаций и практическую части: Ритмическая гимнастика, элементы акробатических упражнений и игры, занятия оздоровительной направленности.

#### **Образовательные технологии**

На практических занятиях:

- здоровьесберегающие технологии;
- игровые технологии;
- обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Для успешной реализации программы необходимо наличие **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)

*Демонстрационный, наглядный, иллюстративный материал:*

- наглядные пособия: плакаты, схемы, карточки с описанием комплексов упражнений;
- памятка по технике безопасности в спортивном зале;
- индивидуальные карточки со схемами выполнения движений;
- индивидуальные карточки с описанием и инструкциями к выполнению отдельных техник

*Информационный материал:*

- литература по основным разделам программы;
- журнальные подборки по темам программы;
- интернет-ресурсы

### **Список литературы**

1. Глухова М.Е., Глухов П.Э. Базовые и новые физкультурно – спортивные виды: аэробная гимнастика / М.Е. Глухова, П.Э. Глухов. – Барнаул: АлтГПА, 2012. - 201 с.
2. Винер И.А. Физическая культура. Гимнастика. Рабочие программы / И.А. Винер, Н.М. Горбулина, О.Д. Цыганкова. – М. : Просвещение, 2011. – 31 с.
3. .Детские подвижные игры//под ред. Е. В. Коневой.-Ростов-на-Дону: Феникс,2006.- 251с.ил.- (Мир вашего ребенка).
4. Ерохина О.В. Школа танцев для детей / Серия «Мир вашего ребёнка». – Ростов н /Д : Феникс, 2003. – 224с.
5. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. - М.: Гном-Пресс, 2000г. -64с.
6. Лёвина С.А., Тукачёва С.И. Физкультминутки / Авт. – сост. С.А. Левина, С.И. Тукачёва. – Волгоград: Учитель, 2005. – 68с.
7. Макарова О.С. Игра, спорт, диалог в физической культуре начальной школы: Спортивно-игровые проекты для первого класса. Пособие для учителей физической культуры. – М.: Школьная пресса, 2002.

### **Интернет-ресурсы:**

1. Газета «Спорт в школе» [электронный ресурс] – режим доступа:<http://spo.1september.ru/>
2. Методическая библиотека Завуч.инфо [электронный ресурс] – режим доступа: <https://www.institute-of-education.com/methodlib/40/>
- 3.Сайт «Википедия» [электронный ресурс]- режим доступа <https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0>

## Второй модуль «Общая и специальная физическая подготовка»

Цель – формирование и оптимизация двигательной активности ребёнка

	Стартовый	Базовый	Мастер
<b>Задачи</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ознакомить обучающихся с упражнениями общей физической подготовки;</li> <li>-развивать у воспитанников физические и психомоторные качества;</li> <li>- воспитывать чувство ответственности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ознакомить обучающихся с упражнениями общей и специальной физической подготовки;</li> <li>-развивать у воспитанников физические и психомоторные качества, обеспечивающие здоровую физиологическую активность организма</li> <li>- воспитывать чувство ответственности и коллективизма</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-закрепить знание обучающихся о упражнениях общей и специальной физической подготовки;</li> <li>-развивать у воспитанников физические и психомоторные качества, обеспечивающие здоровую физиологическую активность организма</li> <li>- воспитывать чувство ответственности и коллективизма</li> </ul>
<b>Ожидаемые результаты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- мотивация к занятию спортом в дальнейшей жизни;</li> <li>- формирование умения организовывать собственную деятельность;</li> <li>- сформированы представления о зарождение гимнастики как вида спорта;</li> <li>- сформированы освоены и навыки танцевальных движений, сформированы навыки и представления</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие познавательных интересов, творческой активности и инициативы в области спорта;</li> <li>- формирование навыков коммуникативного общения в условиях совместной деятельности;</li> <li>- сформированы элементарные представления о комплексах дыхательной гимнастики, упражнений для профилактики близорукости, физических упражнений с оздоровительной направленностью;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</li> <li>- формирование жизненно важных гигиенических навыков;</li> <li>- сформированы знания по технике безопасности и правилам поведения в зале.</li> </ul>

### Учебно – тематический план второго модуля

№	Название раздела, темы	Теория	Практика	Всего часов	Формы аттестации/контроля
<b>«Основы знаний»</b>					
1.	Вводное занятие. Знакомство с программой Т.Б., П.Б. Здоровые зубы, Глаза – наши главные помощники.	1	1	2	Беседа, наблюдение, игра
<b>«Общая физическая подготовка»</b>					
2.	Строевые упражнения. Игры на ориентировку в пространстве.	0,25	5,75	6	Беседа, наблюдение
3.	Общеразвивающие упражнения.	-	6	6	Выполнение комплексов упражнений.
<b>«Специальная физическая подготовка»</b>					
5.	Упражнения на развитие	0,25	15,75	16	Выполнение тестовых

	ловкости, гибкости, силы, быстроты. Прыжки на батуте. Подвижные игры.				заданий.
	Итоговая аттестация	-	2	2	Контрольный урок. Зачёт.
	<b>Итого</b>	<b>1,5</b>	<b>30,5</b>	<b>32</b>	

### Содержание программы второго модуля

Тема: Вводное занятие. Знакомство с программой. Правила поведения в Центре. Т.Б., П.Б. Беседа «Здоровые зубы». Беседа: «Глаза – наши главные помощники».

Практика. Показ, как правильно чистить зубы. Комплекс гимнастики для глаз. Игры «жмурки», «внимательные глазки».

Тема: Общая физическая подготовка

Теория. Понятия шеренга, круг. Техника безопасности при выполнении строевых упражнений и лазанья на гимнастическую стенку. Правила игр на ориентировку в пространстве.

Практические занятия

1. Строевые упражнения. Построения: в одну шеренгу, в круг, в рассыпную. Перестроения: из шеренги в круг (в два, три, четыре круга), из колонны по одному, два, по три. Команды, повороты на месте. Ходьба, бег. Ходьба (в колонне со сменной ведущего, темпа, в разных направлениях, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, мелким и широким шагом, с разным положением рук, по кругу с переменной направлением, приставным шагом в сторону, вперёд, назад, в чередовании с другими движениями). Бег (в колонне по одному и парами, в разных направлениях с ловлей и увёртыванием, с высоким подниманием бедра, изменением направления движения по сигналу, со сменой ведущего, «змейкой» между предметами поставленные в ряд).

Игры на ориентировку в пространстве: «Смена мест», «Становись - разойдись», «Змейка», «Пройди бесшумно», «Найди себе пару», «Кто ушел?». «Найди свой цвет».

Тема: Общеразвивающие упражнения.

Практика. Общеразвивающие упражнения:

- для рук плечевого пояса: отводить к плечам с разным положением ладоней; выполнять энергичные сгибания и выпрямления рук; рывковые движения согнутыми и прямыми руками; действовать руками одновременно, поочередно, последовательно; согласовывать движения рук с движениями ног (руки в стороны, правую ногу вперед и пр.), туловища (поворот вправо – правую руку отвести в сторону и пр.); поднимать и опускать кисти; выполнять вращательные движения, сцепив пальцы в «замок»; поворачивать ладони наружу; сжимать и разжимать пальцы.

- Общеразвивающие упражнения для ног: переступать на месте не отрывая от опоры носки ног; выполнять на месте перекал с пятки на носок; приседать с каждым разом ниже, используя разные положения рук; сесть-встать из исходного положения «по-турецки»;

- махи прямыми ногами; выпады вперед и в сторону; захват предметов пальцами ног, перемещение их с места на место.

Общеразвивающие упражнения для туловища: выполнять резкие, пружинистые наклоны вперед; повороты в сторону; перекалы вправо и влево из положения лежа на спине.

- комплексы общеразвивающих упражнений.

Тема Специальная физическая подготовка



Теория. Правила выполнения упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости. Правила подвижных игр.

Практические занятия.

Разминка, комплексы упражнений на развитие основных двигательных качеств с использованием спортивного инвентаря: гимнастические палки, скакалки, мячи, обручи.

*Упражнения для развития ловкости:*

- общеразвивающие упражнения для рук, ног и туловища без предметов: положения рук - в стороны, вперед, вверх, назад, перед грудью, к плечам, за голову; для ног - поднятие 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 со скакалкой: прыжки прыгать с короткой скакалкой;

в) упражнение с мячом: прокатывание мячей различного размера одной и двумя руками из разных исходных положений: на дальность, между предметами, с попаданием в предмет. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками, отбивание мяча на месте. Перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений: стоя на коленях, сидя; перебрасывание и ловля мяча из руки в руку.

г) упражнения с обручем: махи и повороты в различных плоскостях, перекаты обруча по полу, наклоны с обручем (вперед, назад, в стороны), приседания, различные прыжки (в обруч, через обруч и вращая его, как скакалку)

*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;

*Упражнения для развития силы и быстроты:*

- сгибание и разгибание рук в упоре лежа;

- приседания: ноги врозь и вместе;

- лазанье по канату с помощью ног;

- лазанье по гимнастической стенке.

*Прыжки на батуте:* Прямые прыжки, прыжки на колени, в сед. Прыжки в группировке, ноги врозь. Прыжки с поворотами вокруг своей осей. Сочетание элементарных прыжков

*Игры с бегом:* «Чай, чай, выручай», «Вороны и воробьи», «Салки», «Последний выбывает».

*Игры с лазаньем:* «Белки в лесу», «Перелёт птиц», «Медведи и пчёлы», «Совушка», «Ловля обезьян», «Выше ножки от земли», «Пожарные на учении».

### **Итоговая аттестация**

Практика Контрольный урок. (зачёт)

### **Методическое обеспечение программы:**

#### ***Оценочные материалы:***

Отслеживание результативности реализации программы осуществляется следующими способами:

– начальный контроль (наблюдение, игра);

– текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;

- тематический контроль умений и навыков после изучения раздела «специальная физическая подготовка» (нормативы ОФП и СФП)
- взаимоконтроль; самоконтроль;
- итоговый контроль умений и навыков (контрольный урок, зачёт).

### **Формы проведения занятий**

Предусмотрены фронтальные и последовательные (по очереди) способы выполнения заданий, работа в парах и тройках.

По содержанию большая часть занятий - комбинированные. Комбинированная форма включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций, презентаций и практическую части: ОФП, СФП и игры, занятия оздоровительной направленности.

### **Образовательные технологии**

На практических занятиях:

- здоровьесберегающие технологии;
- игровые технологии;
- обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Для успешной реализации программы необходимо наличие **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)

*Демонстрационный, наглядный, иллюстративный материал:*

- наглядные пособия: плакаты, схемы, карточки с описанием комплексов упражнений;
- памятка по технике безопасности в спортивном зале;
- индивидуальные карточки со схемами выполнения движений;
- индивидуальные карточки с описанием и инструкциями к выполнению отдельных техник

*Информационный материал:*

- литература по основным разделам программы;
- журнальные подборки по темам программы;
- интернет-ресурсы

### **Список литературы**

1. Детские подвижные игры//под ред. Е. В. Коневой.-Ростов-на-Дону: Феникс,2006.- 251с.ил.- (Мир вашего ребенка)
2. Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 3-7лет: планирование, занятия, игры/ ававт.- сост. М.Р. Югова.- Волгоград: Учитель, 2016.-137с.
3. Взаимодействие педагогов и родителей в реализации физического развития детей 3-7лет. Инновационный педагогический проект. Программа / авт. –сост. И.А. Стефанович. – Волгоград: Учитель, 2014.-79с
4. 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.

5. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников / авт.- сост. Л.Н. Волошина, Е.А. Гавришова, Н.М. Елецкая, Т.В. Курилова.- Волгоград: Учитель, 2013.-141с.
6. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7лет.- М.: Мозаика- Синтез, 2009.-96с.
7. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7лет/ Авт. – сост.Э.Я. Степаненкова.- М.:МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2015.-144с.
8. Теория и методика физического воспитания дошкольников: Учебное пособие/ Составитель В.И. Росляков. Самара: Издательство—ООО «Порто-принт», 2015.-117с.
9. Физическое развитие детей 2-7лет: сюжетно- ролевые занятия/ авт.-сост. Е.И. Подольская.-Волгоград: Учитель,2012.-229с.

#### Интернет-ресурсы:

1. Газета «Спорт в школе» [электронный ресурс] – режим доступа: <http://spo.1september.ru/>
2. Методическая библиотека Завуч.инфо [электронный ресурс] – режим доступа: <https://www.institute-of-education.com/methodlib/40/>

#### Третий модуль «Дистанционное обучение»

**Цель** – формирование бережного отношения к собственному здоровью, личностной и физической активности обучающихся по средствам дистанционного обучения.

**Игры в который можно играть дома.** Ссылка в сообщество «Росточек»

<https://vk.com/club194027151>

<http://deti.mosmetod.ru/>

Образовательная платформа Learnis.

Итоговая аттестация «Викторина» в онлайн.

Тема, раздел	Кол-во часов	Способ, ресурс	Формы аттестации/контроля
«Элементы легкой атлетики»	2	<a href="https://vk.com/doc216381144_550736595?hash=e2d782c3fb0d442a00&amp;dl=fa0a99882eb6bda333">https://vk.com/doc216381144_550736595?hash=e2d782c3fb0d442a00&amp;dl=fa0a99882eb6bda333</a> Выполнение домашнего задания присылать в контакте сообщества «Здоровый росток», на эл. почту преподавателя, вайбер.	Беседа, наблюдение
«Элементы лёгкой атлетики»	2	<a href="https://vk.com/doc216381144_550681549?hash=bab0be353d5090ee&amp;dl=aba9f7078c9c228e75">https://vk.com/doc216381144_550681549?hash=bab0be353d5090ee&amp;dl=aba9f7078c9c228e75</a> Выполнение домашнего задания присылать в контакте сообщества «Здоровый росток», на эл. почту преподавателя, вайбер.	Беседа, наблюдение
«Элементы лёгкой атлетики»	2	<a href="https://vk.com/doc216381144_549406705?hash=76b8f1afe5d2de1b3a&amp;dl=caa3d08ded8c095099">https://vk.com/doc216381144_549406705?hash=76b8f1afe5d2de1b3a&amp;dl=caa3d08ded8c095099</a> Выполнение домашнего задания присылать в контакте сообщества «Здоровый росток», на эл. почту преподавателя, вайбер.	Беседа, наблюдение
«Гимнастика»	2	Тренировка по гимнастике для начинающих смотреть по ссылке <a href="https://www.youtube.com/watch?v=9qfPTxVRAnI">https://www.youtube.com/watch?v=9qfPTxVRAnI</a> Выполнение домашнего задания присылать в	Беседа, наблюдение

		контакте сообщества «Здоровый росток», на эл. почту преподавателя, вайбер.	
«Гимнастика»	2	Гимнастика для детей. Общеукрепляющие упражнения для детей смотреть по ссылке <a href="https://www.youtube.com/watch?v=f5paX-Qksz0">https://www.youtube.com/watch?v=f5paX-Qksz0</a> Выполнение домашнего задания присылать в контакте сообщества «Здоровый росток», на эл. почту преподавателя, вайбер.	Беседа, наблюдение
«Гимнастика»	2	Гибкая спина. Как развить гибкость спины. Упражнения для гибкой спины. Как сделать спину гибкой смотреть по ссылке <a href="https://www.youtube.com/watch?v=5nPKxDMpqNA">https://www.youtube.com/watch?v=5nPKxDMpqNA</a> Выполнение домашнего задания присылать в контакте сообщества «Здоровый росток», на эл. почту преподавателя, вайбер.	Беседа, наблюдение
<b>Итого по модулю</b>	<b>12</b>		

#### Четвёртый модуль «Лёгкая атлетика»

Цель – формирование и оптимизация двигательной активности ребёнка

	Стартовый	Базовый	Мастер
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ознакомить обучающихся с упражнениями общей физической подготовки;</li> <li>-развивать у воспитанников физические и психомоторные качества;</li> <li>- воспитывать чувство ответственности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ознакомить обучающихся с упражнениями общей и специальной физической подготовки;</li> <li>-развивать у воспитанников физические и психомоторные качества, обеспечивающие здоровую физиологическую активность организма</li> <li>- воспитывать чувство ответственности и коллективизма</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-закрепить знание обучающихся о упражнениях общей и специальной физической подготовки;</li> <li>-развивать у воспитанников физические и психомоторные качества, обеспечивающие здоровую физиологическую активность организма</li> <li>- воспитывать чувство ответственности и коллективизма</li> </ul>
Ожидаемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> <li>- мотивация к занятию спортом в дальнейшей жизни;</li> <li>- формирование умения организовывать собственную деятельность;</li> <li>- сформированы представления о зарождение гимнастики как вида спорта;</li> <li>- сформированы освоены и навыки танцевальных движений,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие познавательных интересов, творческой активности и инициативы в области спорта;</li> <li>- формирование навыков коммуникативного общения в условиях совместной деятельности;</li> <li>- сформированы элементарные представления о комплексах дыхательной гимнастики, упражнений для профилактики близорукости, физических упражнений с оздоровительной направленностью;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</li> <li>- формирование жизненно важных гигиенических навыков;</li> <li>- сформированы знания по технике безопасности и правилам поведения в зале.</li> </ul>

	сформированы навыки и представления ;		
--	---------------------------------------	--	--

### Учебно – тематический план четвёртого модуля

№	Название раздела, темы	Теория	Практика	Всего часов	Формы аттестации/контроля
<b>«Основы знаний»</b>					
1.	Вводное занятие. Знакомство с программой Т.Б., П.Б. Лёгкая атлетика – «Быстрее, выше, сильнее!»	1	1	2	Входящая диагностика.
2.	«Чистота залог здоровья».	0,5	0,5	1	Беседа, наблюдение
<b>«Мир лёгкой атлетики»</b>					
3.	Элементы лёгкой атлетики	0,25	13,75	14	Беседа, наблюдение.
4..	Подвижные игры	-	15	15	Наблюдение.
	Итоговая аттестация	-	2	2	Сдача нормативов.
	<b>Итого</b>	<b>1,75</b>	<b>32,25</b>	<b>34</b>	

### Содержание программы четвертого модуля

#### Раздел «Основы лёгкой атлетики»

##### Тема: Вводное занятие

Теория. Знакомство с программой. Правила техники безопасности и правила поведения на занятиях. Правила пожарной безопасности. Правила дорожного движения. Гигиенические требования к одежде и обуви. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним

Практика. Игра с мячом «Наши имена». Сюжетно-ролевая игра по ПДД. Межпредметная связь лёгкой атлетики и рисования. Выполнение рисунков по видам лёгкой атлетики после просмотра детской передачи «Спокойной ночи малыши.» (выпуск №6) по теме: Лёгкая атлетика - «Быстрее, выше, сильнее!». Тестирование по лёгкой атлетике.

##### Тема: 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». Настольная игра «Найди нужную картинку».

#### Раздел «Мир лёгкой атлетики»

##### Тема Элементы лёгкой атлетики

Теория. Техника безопасности при выполнении лёгкоатлетических упражнений.

Практические занятия. Разминка.

Бег:

- на носках, с высоким подниманием бедра, мелким и широким шагом;
- в колонне с препятствием;
- бег в быстром темпе на 10 м. (повторить 3 - 4 раза)
- непрерывный бег в течение 1,5-2,0 минут в медленном темпе;

- чередование ходьбы и бега на 2-3 отрезка пути, по 60-100м. в каждом.
- челночный бег 3 раза по 10м;
- бег на скорость 20-30м.

#### Прыжки:

- на месте на двух ногах (по 30-40 прыжков в 2-3 раза в чередовании с ходьбой), разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед, другая назад), с поворотом, двигаясь вперед (на расстоянии 3-4м), на одной ноге (на правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком;

- в высоту с места и с разбега;
- с преодолением горизонтальных и вертикальных препятствий (высота 20см);
- на возвышение высотой 20см., с нескольких шагов;
- в глубину с высоты 30см в обозначенное место;
- в высоту с разбега (высота 20-40см.);
- в длину с места и с разбега.

Метание предметов: в даль разного веса (мячи, мешочки) правой и левой рукой; в горизонтальную цель снизу правой и левой рукой с расстояния 3-4м.; в вертикальную цель (центр мишени на высоте – 2м) с расстояния 3-4м. Бросание двумя руками набивного мяча (вес 1кг.) от груди и из – за головы.

#### Тема Подвижные игры.

Игры с бегом: «Ловишки», «Пятнашки», «Гуси – лебеди», «Мы весёлые ребята», «Уголки», «Невод», «Мышеловка», «Хитрая лиса», «Щука и караси», «Кто скорее до флажка», «Космонавты», «Золотые цепи».

Игры с прыжками: «Прыгни через ров», «Удочка», «Не попадись!», «Скочки на кочку», «Поймай лягушку», «Переправа», «Волк и овцы», «Рич, рач».

Игры с метанием: «Попади в обруч», «Сбей кеглю», «Охотники и зайцы», «Перебежки», «Накинь кольцо», «Чей дальше?».

Эстафеты: «Посади и собери картофель», «Обруч на себя».

### **Методическое обеспечение программы:**

#### **Оценочные материалы:**

Отслеживание результативности реализации программы осуществляется следующими способами:

- начальный контроль (в форме тестирования);
- текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- итоговый контроль умений и навыков (сдача нормативов)

#### **Формы проведения занятий**

Предусмотрены фронтальные и последовательные (по очереди) способы выполнения заданий, работа в парах и тройках.

По содержанию большая часть занятий - комбинированные. Комбинированная форма включает теоретическую: беседу, инструктаж, презентация, просмотр иллюстраций, детской передачи и практическую части: элементы легкоатлетические упражнения и игры, занятия оздоровительной направленности.

#### **Образовательные технологии**

На практических занятиях:

- здоровьесберегающие технологии;
- игровые технологии;

-обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Для успешной реализации программы необходимо наличие **материально – техническое обеспечение:**

- 1) Спортивный зал оборудованный для занятий физкультурой.
- 2) Ковер или коврики для каждого обучающегося, при выполнении 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)

*Демонстрационный, наглядный, иллюстративный материал:*

– наглядные пособия: плакаты, схемы, карточки с описанием комплексов упражнений;

– памятка по технике безопасности в спортивном зале;

– индивидуальные карточки со схемами выполнения движений;

– индивидуальные карточки с описанием и инструкциями к выполнению отдельных техник

*Информационный материал:*

– литература по основным разделам программы;

– журнальные подборки по темам программы;

– интернет-ресурсы

### **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 выполнении 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.
- б) Спортивная форма у обучающихся шорты и майка, кроссовки (чешки)

#### **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, грод, 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 поддержать мотивацию детей к</li> </ul>

		<p>получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в объединении, 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 style="text-align: center;"><i>Содержание деятельности:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• актуализация воспитательных практик (мероприятий, дел, изр и пр.) в процессе реализации ДООП: <ul style="list-style-type: none"> <li>• организация игровых учебных пространств;</li> <li>• обновление содержания совместной творческой деятельности педагога и обучающихся.</li> </ul> </li> <li>• разработка современного образовательного и воспитательного контента;</li> <li>• содействие в становлении 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</li> </ul>
--	--	--

			просветительской, исследовательской, поисковой, практико-ориентированной, рефлексивной деятельности обучающихся, направленной на 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 родителями (законными представителями) обучающихся</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</li> </ul>

		<p>системе дополнительного образования,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повысить уровень коммуникативной компетентности родителей (законных представителей) в контексте семейного общения, исходя из ответственности за детей и их социализацию.</li> </ul>	<p>острых проблем обучения и воспитания обучающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• семейный всеобуч, на котором родители могли бы получать ценные рекомендации и советы от профессиональных психологов, врачей, социальных работников и обмениваться собственным творческим опытом и находками в деле воспитания детей;</li> <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>
<p>Передача опыта, основанная на партнерстве наставника и наставляемого</p>	<p>Наставничество и тьюторство</p>	<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> </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</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• выявление и развитие образовательных интересов и мотивов обучающегося;</li> <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>	<p>определения образовательной траектории наставляемого) и др.</p> <p><u>Формы тьюторского сопровождения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• индивидуальная тьюторская беседа (консультация);</li> <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>
<p>Добровольческая и общественно-значимая деятельность</p>	<p>Волонтерство</p>	<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> </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</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• развитие и поддержка детских и молодёжных инициатив, направленных на организацию добровольческого (волонтёрского) труда молодёжи;</li> <li>• интеграция обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, в жизнь общества.</li> </ul>	<p>наследия, восстановлении и сохранении историко-культурной среды обитания.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Участие в развитии и популяризации физической культуры, спорта и активного досуга, в организации и проведении муниципальных, региональных, межрегиональных общественных и международных физкультурных и спортивных мероприятий, в том числе спортивных соревнований.</li> <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</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>

		системы музейного образования (школа – музей – учреждения дополнительного образования - вуз).	
Воспитательные мероприятия Центра	Духовно - нравственные ценности и в традиционных мероприятиях Центра	создавать воспитательное пространство возможностей для приобретения опыта социального взаимодействия и продуктивной деятельности, личного самоопределения.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формы коллективной деятельности детей и взрослых, где воспитательное взаимодействие осуществляется скрыто, незаметно по ходу общей работы: коллективные творческие дела, коллективные творческие праздники, коллективные творческие игры.</li> <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> </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> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формирование осознания необходимости охраны окружающей среды для здоровой и полноценной жизни людей на Земле</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <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, характера 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. Детские подвижные игры//под ред. Е. В. Коневой.-Ростов-на-Дону: Феникс,2006.-251с.ил.- (Мир вашего ребенка).
2. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика: пособие для учителей и методистов/ Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011
3. Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 3-7лет: планирование, занятия, игры/ ававт.- сост. М.Р. Югова.- Волгоград: Учитель, 2016.-137с.
4. Взаимодействие педагогов и родителей в реализации физического развития детей 3-7лет. Инновационный педагогический проект. Программа / авт. –сост. И.А. Стефанович. – Волгоград: Учитель, 2014.-79с.
5. 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.
6. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников / авт.- сост. Л.Н. Волошина, Е.А. Гавришова, Н.М. Елецкая, Т.В. Курилова.- Волгоград: Учитель, 2013.-141с.
7. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7лет.- М.: Мозаика- Синтез, 2009.-96с.
8. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7лет/ Авт. – сост.Э.Я. Степаненкова.- М.:МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2015.-144с.
9. Теория и методика физического воспитания дошкольников: Учебное пособие/ Составитель В.И. Росляков. Самара: Издательство—ООО «Порто-принт», 2015.-117с.
10. Физическое развитие детей 2-7лет: сюжетно- ролевые занятия/ авт.-сост. Е.И. Подольская.-Волгоград: Учитель,2012.-229с.

#### **Интернет-ресурсы:**

1. Газета «Спорт в школе» [электронный ресурс] – режим доступа: <http://spo.1september.ru/>
2. Методическая библиотека Завуч.инфо [электронный ресурс] – режим доступа:

<https://www.institute-of-education.com/methodlib/40/>

3. Сайт «Википедия» [электронный ресурс]- режим доступа

[https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%91%D0%B3%D0%BA%D0%B0%D1%8F\\_%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%91%D0%B3%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0)

4 . Детям о спорте - Лёгкая атлетика - Быстрее, выше, сильнее! (выпуск№6) [электронный ресурс] – режим доступа [https://www.youtube.com/watch?v=kXIROiv7n\\_A](https://www.youtube.com/watch?v=kXIROiv7n_A)