

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности
по познавательно-речевому развитию воспитанников № 131

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от 30.08.2024



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Здоровый ребенок»**

**Возраст обучающихся: 3-7(8)
Срок реализации: 4 года
Уровень программы: стартовый**

**Разработчик программы:
педагог дополнительного образования
Долгих Елена Романовна**

г. Екатеринбург, 2024 г.

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы.....	6
1.3. Планируемые результаты освоения программы	7
1.4. Учебно-тематический план	8
1.5. Содержание учебно-тематического плана.....	11
2. Комплекс организационно-педагогических условий	16
2.1. Календарный учебный график	16
2.2. Формы аттестации/контроля	17
2.3. Оценочные материалы.....	17
2.4. Методическое обеспечение программы	19
2.5. Условия реализации программы	20
2.6. Воспитательный компонент	21
3. Список литературы	21

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовое обеспечение программы:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здоровый ребенок» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении порядка организации образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;

СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

Локальные акты образовательной организации:

Устав образовательной организации МАДОУ детского сада № 131;

Положение о реализации образовательных программ с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в МАДОУ детский сад № 131.

Направленность (профиль): физкультурно-спортивная

Актуальность программы:

Дошкольный возраст является благоприятным периодом для выработки правильных привычек и формирования основ здорового образа жизни, которые в сочетании с обучением дошкольников приемам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

Здоровьесберегающий процесс – это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках определенной образовательной системы взаимодействие детей дошкольного возраста и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьесобогащения в ходе образования, воспитания и обучения.

Действие физических упражнений тесно связано с физиологическими свойствами мышц. Физические упражнения стимулируют физиологические процессы в организме через нервный и гуморальный механизмы. Мышечная деятельность повышает тонус центральной нервной системы, изменяет функцию внутренних органов и особенно системы кровообращения и дыхания по механизму моторно-висцеральных рефлексов. усиливаются воздействия на мышцу сердца, сосудистую систему. Физические упражнения обеспечивают более совершенную легочную вентиляцию.

Физические упражнения осуществляются с одновременным участием и

психической и физической сферы человека.

Физические упражнения формируют новый динамический стереотип, что способствует уменьшению или исчезновению патологических проявлений, например, таких как нарушений осанки и плоскостопие.

Отличительные особенности программы заключаются в самой структуре программы, в ее содержательной части, в организационно-педагогической основе обучения: групповая форма работы в сочетании с индивидуальным подходом; обучение, развитие и воспитание на основе современных педагогических технологий личностно-ориентированной направленности; методов, форм, приемов, способствующих наибольшей заинтересованности детей в этом виде деятельности, а так же более полному раскрытию их творческого потенциала и формированию стремления к саморазвитию и дальнейшему самосовершенствованию.

Новизна программы состоит в специфике ее содержания, образовательных технологиях, учитывающих возраст и индивидуальные особенности детей, их возможности и потребности.

Адресат программы:

Программа предназначена для обучения детей в возрасте 3-7(8).

Возрастные особенности детей дошкольного возраста.

Дети 3-4 лет:

Младший дошкольный возраст характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В этом возрасте очень высока потребность в движении (двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Развивается моторная координация. Младшие дошкольники осваивают основные движения. Начинают развиваться физические качества: скорость, сила, координация, гибкость, выносливость. Происходят существенные изменения в характере и содержании деятельности ребёнка, в отношениях с окружающими взрослыми и сверстниками. Дети начинают осваивать гендерные роли, проявляют интерес, внимание, заботу, по отношению к детям другого пола. В интеллектуальной сфере накапливается определённый запас представлений о разнообразных свойствах предметов, явлениях окружающей действительности, о самом себе. Преобладающей формой мышления становится наглядно-образное.

Дети 4-5 лет:

Пятый год жизни является периодом интенсивного роста и развития организма ребёнка. Происходят заметные изменения в физическом развитии детей. Развиваются ловкость и координация движений. Дети могут удерживать равновесии, движения становятся более совершенными. Дети овладевают различными способами взаимодействия с другими людьми. Лучше ориентируются в человеческих отношениях. Имеют представления о специфике поведения в общении с другими людьми, об отдельных женских и мужских качествах. На этом этапе особое значение приобретает совместная игра, подвижные игры. Активно развивается интеллектуальная сфера. Ведущим становится познавательный мотив, который проявляется в многочисленных вопросах, стремление получит от взрослых новую информацию

познавательного характера. Характерна высокая мыслительная активность и любознательность.

Дети 5-6 лет:

Растущие возможности детей обуславливают увеличение физиологической нагрузки на организм в процессе различных форм работы. Увеличиваются объём и интенсивность общеразвивающих упражнений. Активно формируется осанка детей, развивается выносливость и силовые качества. Дети способны выполнять соответствующие возрасту гигиенические процедуры, имеют навыки опрятности, представления о здоровом образе жизни. В старшем дошкольном возрасте происходит интенсивное развитие интеллектуальной, нравственно-волевой и эмоциональной сфер личности. Дети шестого года жизни стремятся познать себя и других людей, начинают создавать связи в поведении и взаимоотношениях людей. Понимают разный характер отношений, выбирают собственную линию поведения. Происходят изменения в представлениях о себе: имеют дифференцированное представление о своей гендерной принадлежности, в соответствии с этим оценивают свои поступки.

Дети 6-7(8) лет:

В этом возрасте у детей значительно быстрее происходит формирование двигательных навыков. Совершенствуются ходьба и бег. Дети овладевают прыжками на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места. У детей расширяется представление о самом себе, своих физических возможностях. Дошкольники в полной мере владеют навыками личной гигиены. Ребёнок полностью осознаёт себя как самостоятельную личность, что проявляется в свободном диалоге со сверстниками; умеют отстаивать свою позицию в совместной деятельности. Могут совершать нравственный выбор в реальных жизненных ситуациях. Осознанно выполняют правила поведения, соответствующие гендерной роли, владеют различными видами деятельности характерными для людей разного пола. Старшие дошкольники начинают проявлять интерес к будущему школьному обучению.

Некоторые особенности дошкольного возраста, которые учитываются при разработке программы:

- Не окончательно сформированные двигательные навыки. Долгое сидение или стояние на ногах, неправильная поза, а также мебель не по возрасту ребёнка неблагоприятно отражаются на формировании скелета и часто приводят к нарушению осанки.
- Гибкость костно-суставного аппарата и эластичность мышц. Физиологические изгибы неустойчивы, а кости и суставы легко подвергаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий.
- Недостаточно развитые мелкие мышцы (пальцев, кистей, стоп) в сравнении с крупной мускулатурой. Из-за этого детям легче даются движения всей рукой, а не её мелкими мышечными группами.
- Преобладание брюшного типа дыхания. При выполнении упражнений следует обращать внимание на момент выдоха, а не вдоха.
- Совершенствование строения и деятельности центральной нервной системы.

К трём годам у ребёнка бывает обычно достаточно развита способность к анализу и синтезу воздействий окружающей среды. Чтобы детям было интересно, занятия организуются в весёлой игровой форме.

Уровень освоения программы: стартовый

Наполняемость группы: 5-15 человек

Объем программы: 144 часа

Срок освоения программы: 4 года

Режим занятий: 2 раза в неделю в каждой возрастной группе

Форма реализации: индивидуальная, подгрупповая, групповая.

Форма(ы) обучения: очная

Особенности организации образовательного процесса:

При реализации программы используются в основном групповая форма организации образовательного процесса и работа по подгруппам, в отдельных случаях – индивидуальная в рамках группы. Занятия по программе проводятся в соответствии с учебными планами в одновозрастных группах обучающихся, являющихся основным составом объединения. Состав группы является постоянным.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: содействие сохранению и укреплению здоровья, всестороннему развитию личности дошкольника.

Задачи программы:

Образовательные:

Укрепление здоровья:

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- формировать правильную осанку;
- содействовать профилактике плоскостопия;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

Развивающие:

Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:

- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, перцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;
- развивать крупную и мелкую моторику;
- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;

Воспитательные:

- формировать навыки самостоятельного выражения движения;
- воспитывать умения эмоционального выражения, закрепленности и творчества в движениях;
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

1.3. Планируемые результаты освоения программы

Предметные образовательные результаты:

- знают о правилах личной гигиены при занятиях физическими упражнениями;
- могут хорошо ориентироваться в зале при проведении подвижных игр;
- умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений, двигательные задания по креативной корректирующей гимнастике;
- обладают силовой и общей выносливостью мышц туловища;
- имеют развитые координационные способности;
- обладают способностью и потребностью самостоятельно заниматься упражнениями лечебной гимнастики с целью укрепления здоровья и физического совершенствования.

Метапредметные результаты:

- умеют планировать, контролировать и оценивать собственные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- умеют определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умеют действовать по заданному алгоритму или образцу;
- умеют оценивать результат своей деятельности в соответствии с заданными эталонами;
- умеют адекватно реагировать на внешний контроль и оценку; умеют выделять и объяснять причинно-следственные связи.

Личностные результаты:

- положительно относятся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью;
- обладает необходимыми знаниями о здоровьесбережении, а также умеет использовать их для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей;
- владеет знаниями об индивидуальных особенностях физического развития, физической подготовленности;
- способен управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий;
- умеет планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- владеет красивой (правильной) осанкой, умеет её длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений; хорошее телосложение, желание поддержать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий.

1.4. Учебно-тематический план

1-й год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Медведь, заяц и волк»	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
2	«Лиса и зайцы».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
3	«Медведь и пчелы».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
4	«Найди гнездышко».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
5	«Нам не страшен серый волк».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
6	«Лошадки».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
7	«У медведя во бору».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
8	«Огуречик - огуречик».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
9	«Солнечные зайчики и тучка».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
	Итого	36	9	27	

2-й год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Мы веселые ребята».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов

2	«Ловишки».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
3	«Хвостики».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
4	«Два Мороза».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
5	«Подковка».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
6	«Ручейки и озера».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
7	«Водяной».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
8	«Волк во рву».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
9	«Хитрая Лиса».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
	Итого	36	9	27	

3-й год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Клей».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
2	«Пень, елка, сноп».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
3	«Тихо - громко».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
4	«Ракета».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
5	«Ловишки со	4	1	3	Наблюдение

	стеной».				с фиксацией результатов
6	«Ловишки с ленточками».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
7	«Собери мячи ногами».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
8	«Хоп».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
9	«Охотники и утки.	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
	Итого	36	9	27	

4-й год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Охотники за приведениями».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
2	«Положи мешочек, но не на пол».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
3	«Липкие пеньки».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
4	«Неболейка.	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
5	«Быстро - возьми».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
6	«Мышеловка».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
7	«Флажки».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
8	«Мороз».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией

					результатов
9	«Ловишки с мячом».	4	1	3	Наблюдение с фиксацией результатов
	Итого	36	9	27	

1.5. Содержание учебно-тематического плана

1-й год обучения

Месяц	Тема занятия	Кол - во	Виды деятельности
Сентябрь	«Медведь, заяц и волк»	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении стоя, подвижная игра «Медведь, заяц и волк».
Октябрь	«Лиса и зайцы».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении сидя, подвижная игра «Лиса и зайцы».
Ноябрь	«Медведь и пчелы».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении стоя и сидя, подвижная игра «Медведь и пчелы».
Декабрь	«Найди гнездышко».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении лежа на спине и животе, подвижная игра «Найди гнездышко».
Январь	«Нам не страшен серый волк».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении стоя и стоя на четвереньках, подвижная игра «Нам не страшен серый волк».
Февраль	«Лошадки».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ с гимнастическими палками, подвижная игра «Лошадки».
Март	«У медведя во бору».	4	Занятия фитбол – гимнастика. Дать представления о форме и физических свойствах фитбола. Подвижная игра «У медведя во бору».
Апрель	«Огуречик - огуречик».	4	Занятия фитбол – гимнастика. Совершенствовать качество выполнения

			упражнений в равновесии. Подвижная игра «Огуречик - огуречик».
Май	«Солнечные зайчики и тучка».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ лежа и стоя на четвереньках, подвижная игра по желанию детей. Подвижная игра «Солнечные зайчики и тучка».
	Всего часов	36	

2-й год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол - во	Виды деятельности
Сентябрь	«Мы веселые ребята».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении стоя, подвижная игра «Мы веселые ребята».
Октябрь	«Ловишки».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении сидя, подвижная игра «Ловишки».
Ноябрь	«Хвостики».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении стоя и сидя, подвижная игра «Хвостики».
Декабрь	«Два Мороза».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении лежа на спине и животе, подвижная игра «Два Мороза».
Январь	«Подковка».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении стоя и стоя на четвереньках, подвижная игра «Подковка».
Февраль	«Ручейки и озера».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ с гимнастическими палками, подвижная игра «Ручейки и озера».
Март	«Водяной».	4	Занятия фитбол – гимнастика. Научить сохранению правильной осанки при выполнении упражнений для рук и ног в сочетании с покачиваниями на фитболе. Подвижная игра «Водяной».
Апрель	«Волк во	4	Упражнения дыхательной гимнастики,

	рву».		ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ лежа и стоя на четвереньках, подвижная игра по желанию детей. Подвижная игра «Волк во рву».
Май	«Хитрая Лиса».	4	Проверка состояния физического здоровья дошкольным медицинским работником детского сада. Контрольные испытания: наклон вперед из положения сидя на полу, челночный бег, прыжок в длину с места. Подвижная игра «Хитрая Лиса».
	Всего часов	36	

3-й год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол - во	Виды деятельности
Сентябрь	«Клей».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении стоя, подвижная игра «Клей».
Октябрь	«Пень, елка, сноп».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении лежа на спине и животе, подвижная игра «Пень, елка, сноп».
Ноябрь	«Тихо - громко».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении стоя и стоя на четвереньках, подвижная игра «Тихо - громко».
Декабрь	«Ракета».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ с гимнастическими палками, подвижная игра «Ракета».
Январь	«Ловишки со стеной».	4	Занятия фитбол – гимнастика. Дать представления о форме и физических свойствах фитбола. Подвижная игра «Ловишки со стеной».
Февраль	«Ловишки с ленточками».	4	Занятия фитбол – гимнастика. Научить сохранению правильной осанки при выполнении упражнений для рук и ног в сочетании с покачиваниями на фитболе. Подвижная игра «Ловишки с

			ленточками».
Март	«Собери мячи ногами».	4	Занятия фитбол – гимнастика. Научить выполнению комплекса ОРУ с испольнием фитбола в едином для всей группы темпе. Рекомендуемые упражнения: комплексы ОРУ в соответствии с возрастными требованиями к занимающимся. Подвижная игра «Собери мячи ногами».
Апрель	«Хоп».	4	Занятия фитбол – гимнастика. Совершенствовать качество выполнения упражнений в равновесии. Подвижная игра «Хоп».
Май	«Охотники и утки.	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ лежа и стоя на четвереньках, подвижная игра по желанию детей. Подвижная игра «Охотники и утки».
	Всего часов	36	

4-й год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол - во	Виды деятельности
Сентябрь	«Охотники за приведениями».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении сидя, подвижная игра «Охотники за приведениями».
Октябрь	«Положи мешочек, но не на пол».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении стоя и сидя, подвижная игра «Положи мешочек, но не на пол».
Ноябрь	«Липкие пеньки».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ в положении стоя и стоя на четвереньках, подвижная игра «Липкие пеньки».
Декабрь	«Неболейка.	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ с гимнастическими палками, подвижная игра «Неболейка».
Январь	«Быстро возьми».	-	Занятия фитбол – гимнастика. Дать представления о форме и физических свойствах фитбола. Подвижная игра

			«Быстро - возьми».
Февраль	«Мышеловка».	4	Занятия фитбол – гимнастика. Научить сохранению правильной осанки при выполнении упражнений для рук и ног в сочетании с покачиваниями на фитболе. Подвижная игра «Мышеловка».
Март	«Флажки».	4	Занятия фитбол – гимнастика. Научить выполнению комплекса ОРУ с испольнием фитбола в едином для всей группы темпе. Рекомендуемые упражнения: комплексы ОРУ в соответствии с возрастными требованиями к занимающимся. Подвижная игра «Флажки».
Апрель	«Мороз».	4	Занятия фитбол – гимнастика. Совершенствовать качество выполнения упражнений в равновесии. Подвижная игра «Мороз».
Май	«Ловишки с мячом».	4	Упражнения дыхательной гимнастики, ОРУ для профил. плоскостопия, ОРУ лежа и стоя на четвереньках, подвижная игра по желанию детей. Подвижная игра «Ловишки с мячом».
	Всего часов	36	

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1-год обучения	15 сентября	31 мая	36	72	144	2 занятия 2 часа в неделю
2-год обучения	15 сентября	31 мая	36	72	144	2 занятия 2 часа в неделю
3-год обучения	15 сентября	31 мая	36	72	144	2 занятия 2 часа в неделю
4-год обучения	15 сентября	31 мая	36	72	144	2 занятия 2 часа в неделю

2.2. Формы аттестации/контроля

Формы аттестации/контроля для выявления предметных и метапредметных результатов: наблюдение, сдача нормативов

Формы аттестации/контроля формы для выявления личностных качеств: наблюдение, беседа, опросы, анкетирование,

Особенности организации аттестации/контроля:

Перед зачислением ребенка на обучение по образовательной программе проводится входная диагностика, позволяющая определить исходный уровень развития компетенций ребенка, необходимых для обучения по программе. В соответствии с входной диагностикой дошкольнику рекомендуется тот или иной уровень освоения программы.

Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся проводится с целью контроля уровня развития обучающихся и проверки результативности обучения посредством диагностического инструментария.

2.3. Оценочные материалы

Диагностический инструментарий включает в себя следующие формы:

- наблюдение с фиксацией результатов;
- фронтальные и индивидуальные вопросы;
- сдача нормативов;
- проведение открытых занятий для родителей.

Критерии оценки педагогической диагностики детей

Контроль уровня освоения воспитанниками программы проводится по результатам диагностики 2 раза в год. Также для подведения результатов работы проводятся в середине и конце учебного года открытые занятия и мероприятия для родителей.

Педагогическая диагностика уровня освоения воспитанниками Программы основывается на следующих показателях:

Педагогическая диагностика уровня освоения учащимися программы «Здоровый ребенок»

Ф.И. ребенка	Координация, ловкость движений	Гибкость тела	Основные виды движений	Игровая деятельность	Эмоциональность	Творческие проявления	итог

Характеристика знаний и умений по программе

Координация, ловкость движений – точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

Упражнение 1. Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

Упражнение 2. Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

Упражнение 3. Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

3 балла - правильное одновременное выполнение движений.

2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа.

1 балл - неверное выполнение движений.

Основные движения – способность правильно выполнять основные виды движений: бег, ходьба, лазание, подлезание, прыжки. (Наблюдение)

3 балла – все виды движений выполняются правильно и качественно.

2 балла – движения выполняются не в полном объеме, ребенок не старается.

1 балл – движения выполняются не верно.

Гибкость тела – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

Упражнение «Отодвинь кубик дальше» (проверка гибкости тела вперед).

Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к ковру. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами. 3 см и меньше – низкий уровень (1 балл), 4-7 см – средний уровень (2 балла), 8-11 см – высокий уровень (3 балла).

Упражнение «Кольцо» (проверка гибкости тела назад). Исходное положение, лежа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

3 балла – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

2 балла – средняя подвижность позвоночника.

1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

Игровая деятельность – участие ребенка в различных игровых упражнениях, играх разного характера, инициатива в игре. (Наблюдение)

3 балла – активное участие в игровой деятельности, выражение игровых образов в игре, соблюдение последовательности игровых действий .

2 балла – в игру вступает неохотно, малоактивен, не является инициатором игровых действий, игровые действия соблюдаются не всегда.

1 балла – в игровой деятельности не участвует, игровые упражнения выполняет не в полном объеме, не соблюдает игровых действий.

Творческие проявления - умение импровизировать на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные упражнения.

Игра «Морская фигура». Детям предлагается изобразить самостоятельно фигуру(необычное упражнение), либо предлагаемое упражнение: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

3 балла - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать пластический образ.

2 балла - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой импровизации.

Уровни развития ребенка:

Первый уровень (высокий 15-18 баллов) - ребенок активно выполняет все предложенные задания, отзывчив, эмоционален. У него высокая двигательная активность, хорошая координация движений, устойчивый интерес и потребность в движении.

Второй уровень (средний 10-14 баллов) - ребенок эпизодически принимает участие в занятии, реакции неоднозначны. Этому уровню свойственна слабая творческая активность ребенка, движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

Третий уровень (низкий 6-9 баллов) - ребенок совсем не принимает участие в занятии, не отзывчив, реакции отвлеченные, повторяет несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, малоподвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой игровой импровизации. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

2.4. Методическое обеспечение программы

Методические материалы:

Методологической основой дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Здоровый ребенок» является программа «Зеленый огонек здоровья», автор Картушкина М.Ю. –М: «Сфера», 2007

Методики и технологии:

- Статические. Направлены на напряжение мышц в процессе удержания тела в конкретном положении для развития выносливости, укрепления мышечного корсета.
- Динамические. Связаны с движением.
- Расслабляющие. Для снятия мышечного напряжения.
- Упражнения, направленные на мышцы отдельных частей тела. Например, живота, шеи, спины, рук, ног.

- Дыхательные. Для предупреждения застоя в лёгких и нормализации дыхания.
 - Корригирующие. Чтобы укрепить позвоночник и исправить осанку
- Краткое описание работы с методическими материалами:**

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придает образовательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и усвоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

2.5. Условия реализации программы

Для эффективной реализации настоящей программы необходимы определённые условия:

- наличие помещения для учебных занятий, рассчитанного на 5-15 человек и отвечающего правилам СанПин;
- наличие ученических столов и стульев, соответствующих возрастным особенностям обучающихся;
- шкафы стеллажи для оборудования, а также разрабатываемых и готовых прототипов проекта;
- наличие необходимого оборудования согласно списку;
- наличие учебно-методической базы: качественные иллюстрированные определители животных и растений, научная и справочная литература, наглядный материал, раздаточный материал, методическая литература.

Материально-техническое обеспечение программы:

№ п/п	Наименование	Количество
1	цифровое пианино	1 шт
2	музыкальный центр	1 шт
3	комплект компакт-дисков с музыкальными произведениями	1 комплект
4	ковровое покрытие	1 шт
5	индивидуальные коврики	15 шт.
6	мультимедийный проектор	1 шт
7	экран	1 шт
8	большие мячи с держателями	15 шт
9	мягкие модули	1 комплект
10	ортопедические коврики	5 шт
11	ребристая доска	1 шт
12	тактильные коврики	5 шт
13	гимнастические палки	15 шт
14	мячи резиновые средние	15 шт
15	мячи массажные малые	15 шт

Кадровое обеспечение программы:

Для реализации программы требуется педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

2.6. Воспитательный компонент

Цель воспитательной работы

Формирование ценности здорового образа жизни, культуры межличностного общения.

Задачи воспитательной работы

- воспитывать волевые качества, стремление выполнять поставленные задачи;
- знакомить с нормами поведения и социальными правилами в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками,
- учить соблюдать правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов;
- воспитывать навыки личной гигиены;

Приоритетные направления воспитательной деятельности: нравственное и духовное воспитание, воспитание семейных ценностей, здоровьесбережение.

Формы воспитательной работы: беседа, дискуссия, подвижная игра,

Методы воспитательной работы: рассказ, беседа, дискуссия, пример, упражнение, приучение, поручение, создание воспитывающих ситуаций, игра, поощрение, наблюдение, тестирование,

Планируемые результаты воспитательной работы

- ребенок способен к волевым усилиям, обладает целеустремленностью, выполняет поставленную задачу;
- может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, владеет этикой культуры общения в коллективе;
- может соблюдать правила личной гигиены;
- знает правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов.

3. Список литературы

для педагога:

1. Беззубцева Г.В., Ермошина А.М. В дружбе со спортом. – М: «Гном и Д», 2003. – 56 с.
2. Безруких М.М. Здоровьесформирующее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет. – М: ВЛАДОС, 2001. – 333 с.
3. Бекина С.И., Ломова Т.П, Соковнина Е.Н. Музыка и движение. – М: Просвещение, 1981. – 157 с.
4. Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. – М:

- «Мозаика-синтез», 2005. – 112 с.
5. Бочкарева О.И. Стсistema работы по формированию здорового образа жизни. – Волгоград: ИТД «Корифей», 2005. 96 с.
 6. Голицына Н.С., Бухарова Е.Е. Физкультурный калейдоскоп для дошкольников. – М: Скрипторий, 2006. – 104 с.
 7. Деркунская В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников. – М: Педагогическое общество России, 2006. – 96 с.
 8. Иванова Т.В. Система работы по формированию здорового образа жизни. – Волгоград: ИТД «Корифей». – 96 с.
 9. Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья: Программа оздоровления дошкольников. – М: ТЦ Сфера, 2007. – 208 с.
 10. Каштанова Г.В., Мамаева Е.Г. Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. – М: АРКТИ, 2007. – 104 с.
 11. Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников. – М: ВАКО, 2010. – 175 с.
 12. Кочеткова Л.В. Оздоровление детей в условиях детского сада. – М: Сфера, 2007. – 112 с.
 13. Крашенинникова Н.Б., Макарова И.А. Педагогическая технология социально-эмоционального развития дошкольников средствами музыки: учебно-методическое пособие. – Нижний Новгород: «Белый цвет», 2014. – 202 с.
 14. Подольская Е.И.Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников. – М: «Скрипторий», 2009. – 80 с.
 15. Раевская Е.П. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду. – М: Просвещение, 1991. – 222 с.
 16. Сивачева Л.Н. Физкультура – это радость! Спб: Детство-пресс, 2005. - 47 с.
 17. Безруких М.М. Здоровьесформирующее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет. – М: ВЛАДОС, 2001. – 333 с.
 18. Штанько И.В. Воспитание искусством в детском саду: интегрированный подход. – М: СФЕРА, 2007. – 144 с.
 19. Щетинин М.Н. Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей. – М: АЙРИС ПРЕСС, 2008. – 112 с.
- для обучающихся:**
1. Беззубцева Г.В., Ермошина А.М. В дружбе со спортом. – М: «Гном и Д», 2003. – 56 с.
 2. Голицына Н.С., Бухарова Е.Е. Физкультурный калейдоскоп для дошкольников. – М: Скрипторий, 2006. – 104 с.
 3. Сивачева Л.Н. Физкультура – это радость! Спб: Детство-пресс, 2005. - 47 с.
- для родителей (законных представителей):**
1. Каштанова Г.В., Мамаева Е.Г. Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. – М: АРКТИ, 2007. – 104 с.

2. Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников. – М: ВАКО, 2010. – 175 с.
3. Подольская Е.И. Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников. – М: «Скрипторий», 2009. – 80 с. Щетинин М.Н. Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей. – М: АЙРИС ПРЕСС, 2008. – 112 с.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208744631447614036545032762199276272953274060029

Владелец Волкова Людмила Анатольевна

Действителен с 19.12.2024 по 19.12.2025