



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 95 «Звоночек»
муниципального образования городской округ Симферополь Республики Крым
ул. Гражданская, 63б, г. Симферополь, Республика Крым, 295048, тел (3652) 44-79-90

Принято
на заседании Педагогического совета
МБДОУ «Звоночек» Симферополя
МБДОУ № 95 «Звоночек»
Протокол № 1
«31» августа 2022 г.



Утверждаю
И.о. заведующего МБДОУ
г. Симферополя МБДОУ № 95
«Звоночек»
Приказ № 42/1 Михайлова Г.Б.
«31» августа 2022 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«МАЛЫШИ –КРЕПЫШИ»**

Направленность – физкультурно-спортивная
Срок реализации программы – 1 год
Вид программы – модифицированная
Уровень – стартовый
Возраст обучающихся – 5-7 лет
Составитель - Самойлова Н.В., педагог дополнительного образования

г. Симферополь,
2022г

СОДЕРЖАНИЕ

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1	Пояснительная записка.....	3
1.2	Цели и задачи программы.....	9
1.3	Воспитательный потенциал программы.....	10
1.4	Содержание программы.....	10
1.5	Планируемый результат.....	17

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1	Календарный учебный план.....	18
2.2	Условия реализации программы.....	18
2.3	Формы аттестации.....	19
2.4	Список литературы.....	23

3. Приложения

3.1 Оценочные материалы

3.2 Методические материалы

3.3 Календарно- тематическое планирование

3.4 Лист корректировки

3.5. План воспитательной работы

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в этом возрасте закладываются основы здоровья, правильного физического развития, происходит становление двигательных способностей, формируется интерес к физической культуре и спорту, воспитываются личностные, морально-волевые и поведенческие качества.

Здоровье – это базовая ценность и необходимое условие полноценного психического, физического и социального развития ребенка. Не создав фундамент здоровья в дошкольном детстве, трудно сформировать здоровье в будущем.

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью.

Исследования последних лет выявили устойчивую тенденцию к существенному снижению показателей здоровья и темпов развития детей дошкольного возраста.

Полноценное физическое развитие дошкольника – это правильное и своевременное формирование умений и навыков, развитие интереса к различным доступным ребенку видам движений, воспитание положительных нравственно – волевых черт личности. Успешное решение этой задачи возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания, природных факторов, гигиенических мероприятий, физических упражнений.

Необходимость физического воспитания и развития детей, укрепление их здоровья диктуется тем, что с развитием двигательной сферы связаны особенности жизненного тонуса ребенка, энергетическое обеспечение организма и всех его систем, характер доминирующего настроения. Овладения движениями это появление у ребенка возможности испытать «мышечную радость». Поэтому так важно удовлетворить потребность ребенка в движении.

В связи с этим становится актуальной проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья ребенка, профилактики заболеваний и формирования осознанного желания заниматься физкультурой и спортом. Сочетание разных видов двигательной активности дают возможность заинтересовать ребенка, развивать и формировать не только физические качества, но и волевые, способствуют социализации ребенка, учат взаимодействовать, формируют ребенка как личность.

С этой целью была создана программа дополнительного образования «Малыши- Крепыши», которая направлена на развитие различных функций и систем организма ребенка дошкольного возраста, профилактику нарушений осанки и плоскостопия, развитие физических качеств, подготовку дошкольника к нагрузкам в школе.

Нормативно- правовая основа программы

Программа разработана на основе и в соответствии с :

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»(с изменениями на 01.07.2020)
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»(с изменениями на 31.07.2020)
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020№474 «О национальных целях развития России до 2030 года»
- Национальный Проект «Образование» (протокол от 24.12.2018№16)

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015г. №996-р

- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 №1726-р

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка»(от 07.12.2018 г.№3)

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.12.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП-2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи

- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»

- Об образовании в Республике Крым : закон Республики Крым от 06.07.2015 № 131-ЗРК\2015(с изменениями на 10.09.2019)

- с учетом Методических рекомендаций Крымского республиканского института постдипломного педагогического образования(ГБОУ ДПО КРИППО), утвержденных на заседании коллегии Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым 23.06.2021 года.

Направленность (профиль) программы

- физкультурно- спортивная (с решением задач физического развития и оздоровления)

-социально- педагогическая(воспитание качеств личности, необходимых для успешной интеграции ребенка в современном обществе)

Актуальность и новизна программы

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью.

Исследования последних лет выявили устойчивую тенденцию к существенному снижению показателей здоровья и темпов развития детей дошкольного возраста. Полноценное физическое развитие дошкольника – это правильное и своевременное формирование умений и навыков, развитие интереса к различным доступным ребенку видам движений, воспитание положительных нравственно – волевых черт личности. Успешное решение этой задачи возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания, природных факторов, гигиенических мероприятий, физических упражнений. Необходимость физического воспитания и развития детей, укрепление их здоровья диктуется тем, что с развитием двигательной сферы связаны особенности жизненного тонуса ребенка, энергетическое обеспечение организма и всех его систем, характер доминирующего настроения. Овладения движениями – это появление у ребенка возможности испытать «мышечную радость». Поэтому так важно удовлетворить потребность ребенка в движении.

В связи с этим становится актуальной проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья ребенка, профилактики заболеваний и формирования осознанного желания заниматься физкультурой и спортом. Сочетание разных видов двигательной активности дают возможность заинтересовать ребенка, развивать и формировать не только физические качества, но и волевые – учат взаимодействовать, формируют умение не пасовать перед трудностями, учат верить в собственные силы и возможности и способствуют интеграции ребенка в современном обществе.

С этой целью была создана программа дополнительного образования «Малыши- Крепыши», **актуальность** которой состоит в том, что она направлена на развитие различных функций и систем организма ребенка дошкольного возраста, профилактику нарушений осанки и плоскостопия, развитие физических качеств, подготовку дошкольника к нагрузкам в школе с акцентом на воспитание

качеств личности ребенка. **Новизна** программы заключается в комплексном решении задач физического развития, оздоровления и формирование волевых качеств личности .Обеспечивает единство двух компонентов: социально-педагогического и физкультурно- спортивного. Отличительной особенностью данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы является ее структура.

В программу включено **три раздела:**

1. Упражнения общей и специальной направленности.
(Приложение №1)
2. Фитбол- гимнастика ,как здоровьесберегающая технология.
(Приложение №2)
3. Подвижные игры (игры с нестандартным оборудованием, игры-эстафеты, игры с прыжками, бегом, с элементами построения и перестроения, игры с мячом,с элементами спортивных игр и соревнования).
(Приложение №3)

Педагогическая целесообразность данной программы заключается:

- программа предлагает оздоровительную работу с дошкольниками ,
- формирует двигательную сферу ребенка,
- учитывает его интересы и потребности ребенка,
- развивает физические качества в привычной для него деятельности ,
- является эффективным методом оздоровление детей, имеющих особенности развития,
- происходит процесс формирования устойчивого интереса к занятиям спортом, осознанного отношения к здоровью,
- в привычной для ребенка деятельности происходит формирование

и развитие личности ребенка, его волевых качеств,
- партнерское взаимодействие «взрослый- ребенок» дает возможность развитию творческого потенциала ребенка.

Адресат программы

Программа ориентирована на детей дошкольного возраста(5-7 лет).

Возраст 5-6 лет это старший дошкольный возраст. Он является очень важным возрастом в развитии физических качеств, познавательной сферы ребенка, интеллектуальной и личностной. Именно 90% закладки всех черт личности ребенка закладывается в возрасте 5-6 лет. Это возраст, когда мы можем понять, каким будет человек в будущем.

Возраст 5-6 лет часто называют периодом быстрого «вытяжения»(ребенок за год может вырасти на 7-10 см). Позвоночник ребенка данного возраста чувствителен к деформирующим воздействиям, скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием, сухожилий, фасций, связок.

В этом **возрасте** продолжается замена хрящевых частей костными.

Количество органических веществ максимально, кости детей упругие, устойчивы к переломам, однако легко **деформируются**.

Искривление позвоночника – широко распространенная патология, как правило, возникает именно в этом возрасте и особенно в период активного роста. Еще одна патология ,встречающаяся у детей данного возраста -плоскостопие – изменение **формы сводов стопы**, сопровождающееся потерей ее амортизирующих функций. Является причиной повышенной утомляемости стоп при нагрузках, провоцирует развитие артрозов мелких суставов ступни, оказывает негативное влияние на позвоночник. В детском возрасте плоскостопие поддается коррекции.

Седьмой год жизни- продолжение очень важного целостного периода в развитии детей, который начинается в пять лет и завершается к семи годам. На ряду с продолжающимся формированием физических качеств продолжается становление

новых психических образований, появившихся в пять лет. Дальнейшее развертывание этих образований создает психологические условия для появления новых линий и направлений развития.

Объем и срок освоения программы

Срок реализации- 1 год

72 учебных часа /2 раза в неделю по 30 минут

Комплектация групп – 10 человек\ возраст 5-7 лет

Уровень программы

-ознакомительный (стартовый)

Формы обучения

- очная

Особенность организации образовательного процесса

- сформированными группами по 10 человек

- подгруппами.

-индивидуально

Режим занятий

-2 занятия в неделю по 30 минут

1.2 Цели и задачи программы

Цель программы:

- формирование положительно – эмоциональных качеств, отношений и устойчивых интересов к физической культуре, ориентация на здоровый образ жизни.
- осуществление индивидуального подхода в работе с детьми старшего дошкольного возраста путем создания комплекса условий, направленных на всестороннее развитие личности дошкольника.

- развитие физических качеств и укрепление здоровья детей, подготовка к нагрузкам в школе.

Задачи:

- воспитание здоровых, всесторонне развитых, волевых и дисциплинированных дошкольников и школьников;
- укрепление физического и психического здоровья детей, улучшение физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств ловкости, выносливости, быстроты, гибкости;
- пропаганда физической культуры и спорта;
- формировать умение работать в группе, подчинять свои действия и желания общим правилам ради достижения лучшего результата, умение договариваться;
- формировать мотивацию родителей ребенка на его физическое развитие.

1.3 Воспитательный потенциал программы

Программа создает условия для оздоровления и развития дошкольников посредством занятий разной направленности, которая формирует двигательную сферу ребенка в развитии силы мышц, поддерживающих правильную осанку; способности удерживать равновесие; развивать физические качества: выносливость, ловкость, быстрота, гибкость; способствует социализации ребенка и формирования его личности, воспитанию интереса к занятиям физкультурой и потребности в двигательной активности.

1.4 Содержание программы

Планирование учебного материала осуществляется на основе задач, поставленных содержанием программы по лечебно-коррекционной физкультуре,

предусматривающих всестороннее развитие личности путем физических упражнений с учетом особенностей и специфики развития детей.

План теоретических занятий

№	Тема теоретических занятий	Часы
	правила поведения(безопасности) на занятиях	
	значение занятий физической культурой для формирования правильной осанки, развития физических качеств	
	основные правила личной гигиены. режим дня закаливание	
	техника и терминология спортивных упражнений	
	итого часов	

Годовой план распределения учебного материала

МЕСЯЦ		0	1	2									итого
СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ													
ФП													8
ФП													3
Фитбол- гимнастика													5
Подвижные игры, спортивные													

Игры														
Теоретическая подготовка														
Мониторинг Мед.обследования														
Соревнования Спортивные разрядники														
Всего часов в год													2	

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Содержание учебного материала
	<p style="text-align: center;">СЕНТЯБРЬ</p> <p>теория. Значение физической культуры и спорта для здоровья человека. ФП – строевые упражнения, разные виды ходьбы, перестроения, бег. ФП-упражнения на формирование правильной осанки - упражнения на укрепление мышц спины и пресса - упражнения на равновесие(равновесие на одной ноге «ласточка») (Приложение №1)</p> <p>Фитбол-гимнастика – знакомство с мячом .Дать представления о физических свойствах фитбола.Познакомить с техникой безопасности при занятии на фитболе.Выполнение простых действий(прокатывание по полу, по скамейке, «змейкой» между ориентирами. Передача фитбола друг другу, броски фитбола. Игры с фитболом(«Догони»,»Попади») Приложение №2</p> <p>Подвижные игры на внимание (Приложение №3)</p> <p style="text-align: center;">ОКТЯБРЬ</p> <p>ФП-строевые упражнения, с перестроениями, бег в среднем</p>

едленном темпе до 1 минуты, прыжковые упражнения
ФП – упражнения на формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия, упражнения на гибкость и укрепления мышц брюшного пояса.

Фитбол-гимнастика – обучение правильной посадке на фитболе. Выполнения несложных упражнений, сидя на фитболе. (Приложение №2)

Подвижные игры:

Игры на внимание с мячом,

Игры с элементами спортивных игр (баскетбол)

Приложение №3

НОЯБРЬ

Теория.

ФП- строевые упражнения с разными видами ходьбы, упражнения для рук, беговые упражнения. Перестроения со сменой темпа и направления.

ФП-упражнения для верхнего плечевого пояса, упражнения на гибкость, упражнения на формирование статического равновесия.

Фитбол-гимнастика: обучение базовым положениям при выполнении упражнений в исходном положении. (Приложение №2)

Подвижные игры с элементами спортивных игр (футбол)

Приложение №3

Упражнения на внимание. Релаксация.

ДЕКАБРЬ

Теория.

ФП- строевые упражнения, построения и перестроения, разные виды ходьбы с упражнениями для рук, беговые упражнения с чередованием темпа и направления. Прыжковые упражнения.

ФП- упражнения на формирование правильной осанки,

- упражнения для профилактики и лечения начальных форм плоскостопия,
- упражнения на растягивание и расслабление мышц,
- упражнения на формирование силовой нагрузки на мышцы

Фитбол- гимнастика: формирование умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений :

для рук и ног,

в сочетании с покачиванием на фитболе.

Подвижные игры: игры эстафеты (с предметами и без)

ЯНВАРЬ

теория. Техника безопасности.

ФП- строевые упражнения с построениями и перестроениями, беговые упражнения, прыжковые, упражнения на восстановление дыхания, обучение самоконтролю за самочувствием.

ФП- упражнения на формирование и сохранение правильной осанки,

- упражнения для верхнего плечевого пояса,
- упражнения для профилактики плоскостопия,
- упражнения на гибкость,
- упражнения на формирование умения сохранять статическое

равновесие.

Фитбол- гимнастика: формирование умения сохранять правильную осанку, равновесие с различными положениями на фитболе.

Подвижные игры: игры эстафеты с мячом(элементы футбола, баскетбола)

ФЕВРАЛЬ

теория. Режим дня.

ФП –строевые, прыжковые, беговые упражнения.

ФП- упражнения для верхнего плечевого пояса,

-упражнения на координацию и равновесие (упражнения на гимнастической скамейке ,лазание по лестнице и т.д)

-упражнения для формирования силовой выносливости мышечной группы.

- упражнения на расслабление. Релаксация.

Фитбол- гимнастика:формирование умения выполнять комплекс ОРУ с использованием фитбола в едином для всей группы темпе.

Подвижные игры с элементами спортивных игр (теннис)

МАРТ

теория

ФП- строевые, прыжковые, беговые упражнения. Построения и перестроения. Упражнения на сохранение правильной осанки при движении.

ФП- упражнения на гибкость

- упражнения на растяжение,

- упражнения на формирование силовой выносливости мышечной группы талии и талийно-поясничного пояса,

- упражнения на формирование силовой выносливости мышечной группы талии,

Фитбол-гимнастика: учить выполнять упражнения на растягивание и расслабление с использованием фитбола.

Подвижная игра: с элементами спортивных игр(волейбол.Приложение 3

АПРЕЛЬ

теория.

ФП – строевые упражнения с перестроениями, разные виды ходьбы и беговые упражнения для верхнего плечевого пояса, прыжковые упражнения и беговые.

ФП –упражнения на формирование правильной осанки,
- упражнения для профилактики плоскостопия(работа
менеджерами и массажными ковриками),
- упражнения на равновесие.
Фитбол- гимнастика:продолжать формировать умение выполнять
упражнения в разных исходных положениях(Приложение №3)
Подвижная игра:игры- эстафеты(с элементами спортивных игр
баскетбол,футбол,волейбол,теннис).

МАЙ

ФП- строевые упражнения, прыжковые, беговые.
- упражнения с предметами
ФП - упражнения на формирование правильной осанки,
- упражнения на формирование силовой выносливости мышц
грудного пресса,
- упражнения на формирование силовой выносливости мышц
спины,
- упражнения на равновесие(с элементами спортивной
гимнастики),
Фитбол- гимнастика: совершенствовать технику выполнения
упражнений с разным исходным положением(закрепление изученного
материала)
Подвижные игры: игры- эстафеты (повторение изученного материала),

ИЮНЬ-АВГУСТ

(закрепление изученного материала)

ФП –строевые , прыжковые,беговые упражнения
ФП- упражнения на формирование правильной осанки,
- упражнения для профилактики плоскостопия,
- упражнения на равновесие,

	<ul style="list-style-type: none"> - спортивные и подвижные игры с мячами, фитбол- гимнастика : упражнения на фитболе подвижные игры: - на внимание, - игры- эстафеты с мячами
--	---

1.5 Планируемый результат

Дети знают, что опорно-двигательный аппарат служит опорой и защитой тела, названия и расположение основных частей скелета, знают и соблюдают правила по сохранению здоровья. Владеют навыками самоконтроля, умеют проверять правильность своей осанки, походки. Знают и выполняют правила подвижных игр, эстафет. Понимают ценность своего собственного здоровья и здоровья своих родных. Понимают значение занятий физической культуры для здоровья человека.

Предполагается, что освоение данной программой поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем, создает необходимый двигательный режим и научит детей использовать специальные физические упражнения для укрепления своего организма.

2 Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Количество занятий- 2 раза в неделю/ 8 занятий в месяц

Продолжительность занятия – 30 минут

Количество учебных часов - 72 в год

Формы работы:

- групповые занятия (группы можно соединять)
- теоретические занятия
- медико-врачебный контроль -2 раза в год(сентябрь/ май)
- культурно-массовые мероприятия(соревнования, конкурсы, спортивные праздники, открытые занятия)
- мониторинг физического развития- 2 раза в год (сентябрь/май)

2.2 Условия реализации программы

ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ

№ п\п	Наименование	Количество
1	Спортивный комплекс (на спортивной площадке)	1
2	Мат гимнастический	3
3	Мяч волейбольный	10
4	Мяч футбольный	10
5	Мяч баскетбольный	10
6	Палки гимнастические малые	20
7	Гимнастические коврики	10
8	Скакалки	20

9	Мяч игровой	20
10	Мячи- фитболы	12
11	Кольцеброс (набор)/корзины для метания	3\3
12	Полоса препятствий (спр. комплекс на спортивной площадке)	1
13	Ленты/флажки	по20
14	Тренажер «Круг здоровья»	5
15	Спортивные скамейки	4

2.3 Формы аттестации

Основные критерии оценки:

- регулярность посещения занятий,
- положительная динамика развития физических качеств,
- медицинские показания для занятий,
- выполнение контрольных нормативов,
- уровень усвоения теоретических знаний и умений по основам физической культуры и гигиены,
- освоение основных двигательных навыков.

МОНИТОРИНГ ДОСТИЖЕНИЯ ДЕТЬМИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Название теста	Описание теста	5-6 лет	6-7 лет
Силовая выносливость мышц брюшного	И.П. лежа на спине,руки на поясе. Прямые ноги Под углом 45 к полу удерживаются на весу	40-45 сек	50-60 сек

пресса			
Силовая выносливость мышц спины	И.П. лежа на животе. Туловище поднимается на 30 и удерживаются в таком положении	40-45 сек	50-6-сек
Гибкость	И.П. стоя на скамейке или кубе,ноги рядом,руки вдоль туловища.Наклониться вниз, негибая колени	5-10 см	6-12см
Статическое равновесие	И.П.пятка правой (левой) ноги примыкает к носу левой(правой) ноги, стопы расположены по прямой линии, руки вдоль туловища.Удержать равновесие как можно дольше	25-40 сек	

Тест для определения силовой выносливости мышц брюшного пресса(автор Н.В.Гукасова)

Ребенок ложится на спину на пол. Руки спокойно лежат вдоль туловища. Нужно медленно поднять ноги под углом 45,(включается секундомер) и удерживать их в таком положении максимально возможное время.Если после подъема ног отмечается тремер,секундомер выключается. Тремер мышц свидетельствует о несостоятельности мышц брюшного пресса у данного ребенка. В других случаях секундомер выключается после касания нижними конечностями пола.

Игровая ситуация: «Осень, дует сильный ветер, а на дереве остался единственный листок. Все животные в лесу приходят на него смотреть. Опустятся ножки и листочек упадет на землю. Постарайся удержать его как можно дольше»

(дыхание должно быть ровным, произвольным, без задержки)

Тест для определения силовой выносливости мышц спины (автор Н.В.Гукасова)

Ребенок ложится на живот на пол, ноги фиксирует взрослый. Руки ребенка на поясе. Ребенок прогибает спину, (включается секундомер). Время останавливается, когда тело касается условной горизонтальной линии.

Игровая ситуация: «Дельфин высунулся из воды и ждет, когда дрессировщик даст ему рыбку.»

Тест для определения гибкости позвоночника (автор М.А.Рунова)

Ребенок становится на гимнастическую или дюбой другой предмет высотой не менее 25 см. Для измерения глубины наклона линейку прикрепляют таким образом, чтобы плоскость скамейки соответствовала нулевой отметке. Если при наклоне вперед ребенок не дотягивается до нулевой отметки-результат определяется со знаком минус. При выполнении упражнения обязательное условие - ноги в коленях не сгибаются.

Игровая ситуация: «Ты стоишь на мосту и видишь как маленький мальчик роняет свою любимую игрушку в речку. Помоги достать ему игрушку из воды»

Тест для определения статического равновесия (автор М.А.Рунова)

Ребенок встает в стойку: пятка правой(левой) ноги примыкает к носу левой (правой) ноги. Стопы расположены по прямой линии, руки вдоль туловища. Время удержания равновесия фиксируется секундомером. Смещение ног с первоначальной позиции, схождение с места, балансировка-расцениваются как отрицательный результат.

Игровая ситуация: «Мы с вами построили поезд. Чей поезд дальше проедит и не сойдет с рельсов»

Оценка результатов освоения программы:

- низкий,
- средний
- высокий.

Учитывая, что данная программа состоит из трех основных разделов предусматривается мониторинг освоения программой по разделу

«Фитбол- гимнастика»

Критерии освоения программы:

Высокий уровень:

Уверенно, с хорошей амплитудой выполняет упражнения. Сохраняет устойчивое равновесие. Самостоятельно правильно выполняет упражнения с фитболом. Соблюдает правила. Контролирует осанку при выполнении упражнений. Владеет самооценкой и контролирует других детей. Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности.

Средний уровень:

Упражнения выполняет без усилий. Может замечать свои ошибки в технике выполнения. Недостаточно владеет самооценкой.

Низкий уровень:

Не замечает ошибок в технике выполнения. С интересом включается в двигательную деятельность, но нарушает правила. Интерес к освоению новых упражнений неустойчив

2.4 Список литературы

- Федеральный государственный образовательный стандарт.
- Бабенко А.Е. «Как сделать осанку красивой,а походку легкой»
М.,ТЦ Сфера 2008
- Программа «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Васильевой. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.
- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. 4 – 5 лет».
М.,Мозаика- Синтез, 2014г.
- Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду
М. «Мозаика - Синтез» 2005 г.Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые Упражнения для детей 5-7 лет
- Картушина М.Ю. «Быть здоровыми хотим» М. ТЦ «Сфера» 2004 г.
Картушина М.Ю. «Сценарии оздоровительных досугов для детей 6 – 7 лет»
М. ТЦ «Сфера» 2007 г.
- Доскин В.А. , Голубева Л.Г. «Растем здоровыми» М. «Просвещение» 2003 г.
- Гаврючина Л.В. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» М. ТЦ «Сфера»
- Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье» М. АРКТИ 2004 г.
- БеззубцеваГ.В., Ермошина А.М. «В дружбе со спортом» М. «ГНОМ ИД»
2003 г.
- Шебеко В.Н., Ермак Н.Н. «Физкультурные праздники в детском саду» М.
«Просвещение»2003 г.
- Аксенова З.Ф. «Спортивные праздники в детском саду» М. ТЦ «Сфера»
2003 г.
- Алексеева Л.М. «Спортивные праздники и физкультурные досуги в ДОУ»
Ростов- на- Дону «Феникс» 2005 г

- Козлова С.А. « Я и мое тело» .Тематический словарь. М.: Школьная пресса, 2005.
- Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников Из опыта работы. – М.: Просвещение, 1083.
- Антонова Л.В. Игры на свежем воздухе. – М.: ООО ИКТЦ «ЛАДА», 2010.
- Беззубцева Г.В., Ермошина А.М. В дружбе со спортом: Конспекты занятий с детьми 5-7 лет в спортивном зале и сценарии спортивных праздников по мотивам детских сказок и мультфильмов. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2007.
- Буцинская П.П. и др. Общеразвивающие упражнения в детском саду. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1990.
- Ефименко Н. "Театр физического развития и оздоровления детей".
- Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. – Ростов н/Д: Феникс, 2008.
- Соломенникова Н.М., Машина Т.Н. Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет: фитбол-гимнастика: конспекты занятий. – Волгоград: Учитель, 2011.
- Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг. – М.: ТЦ Сфера, 2010.
- Физическая подготовка детей 5-6 лет к занятиям в школе: (Из опыта работы). – М.: Просвещение, 1980.
- Фирилева Ж.Е. , Сайкина Е.Г. СА- ФИ – ДАНСЕ. Танцевально – игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС».

3. ПРИЛОЖЕНИЯ

3.1 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

3.2 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

3.3.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3.4 ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ

3.5 ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ