

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СЛАВЯНСКИЙ РАЙОН**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 5
ГОРОДА СЛАВЯНСКА – НА – КУБАНИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СЛАВЯНСКИЙ РАЙОН**

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического совета №1
МБДОУ д/с №5 город Славянска-на-Кубани
от 30.09.2024г.
протокол № 1
30.09.2024г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с№5
города Славянска-на-Кубани
_____ Л.Н. Мазняк
приказ № 23 от

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Фитнес - аэробика»

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 2 года (144ч.)

Возрастная категория: от 3 до 5 лет

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на **внебюджетной основе**

ИД-номер программы в Навигаторе 67878

Автор-составитель:
Ласко Юлия Евгеньевна
воспитатель

Содержание

I.	Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты	3
	Пояснительная записка	3
	Цель и задачи программы	9
	Содержание программы	10
	Планируемые результаты	11
II.	Комплекс организационно-педагогических условий, включающих формы аттестации	12
	Календарный учебный график	12
	Раздел программы «Воспитание»	13
	Календарный план воспитательной работы	15
	Условия реализации программы	18
	Формы аттестации	19
	Оценочные материалы	19
	Методические материалы	20
	Список литературы	21
	Приложение	

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа «Детский фитнес» для детей среднего дошкольного возраста от 3 до 5 лет разработана в соответствии с федеральными законами и нормативными актами в области дополнительного образования:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (ред. от 25 декабря 2023);

- Федеральный закон от 14 апреля 2023 г. № 124-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 13 июля 2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере;

- Распоряжение Губернатора Краснодарского края от 29 марта 2023 г. № 71-р «Об организации оказания государственных мер в сфере образования при формировании государственного социального заказа на оказание государственных услуг на территории Краснодарского края»;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 15 мая 2023 г. № 1230-р утверждены изменения Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года.

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р;

- Концепция технологического развития на период до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 20 мая 2023 г. № 1315-р;

- Концепция информационной безопасности детей в Российской Федерации, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 апреля 2023 г. № 1105-р;

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р;

- Изменения в Федеральные государственные образовательные стандарты в части воспитания обучающихся (приказ Минпросвещения России от 11 декабря 2020 г. № 712);

- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 30 ноября 2016 г. № 11;

- Федеральный проект «Успех каждого ребёнка», утвержденный 07 декабря 2018 года;

- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 4 августа 2023 г. № 1493 «Об утверждении Требований к структуре официального сайта образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и формату представления информации»;

- Постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 05 декабря 2014 г. «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества образовательной деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 15 апреля 2019 года № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;

- Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» № ВК-1232/09 от 28 апреля 2017 года;

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18 ноября 2015 г. Министерство образования и науки РФ;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 05 августа 2020 года № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ;

-Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 2020 г.

Ценность дополнительного образования детей состоит в том, что оно усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации знаний и умений, стимулирует познавательную мотивацию обучающихся. А главное - в условиях дополнительного образования дети могут развивать свои потенциальные способности, адаптироваться в

современном обществе и получают возможность полноценной организации свободного времени.

Программа дополнительного образования «Фитне-аэробика» относится к физкультурно-спортивной направленности. Поэтому применяются новые подходы к организации занятий физическими упражнениями. Современная физкультура в дошкольном учреждении должна предупреждать заболевания, то есть быть профилактической.

Детский фитнес – это хорошо продуманная детская физкультура: общеукрепляющая и формирующая жизненно важные навыки и умения. Это уникальные занятия под специально подобранную музыку с использованием разнообразного спортивного инвентаря, включающие в себя танцевальные упражнения, совершаемые в различном темпе, ритме, амплитуде, общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию, импровизационные движения, задание на развитие музыкальности и актерского мастерства, соединяющие в себе элементы хореографии, гимнастики. Ребенок дошкольного возраста еще не способен запомнить и освоить сложные гимнастические упражнения, поэтому в основе реализации программы лежит принцип «от простого к сложному». Большое внимание на занятиях уделяется развитию двигательной функции, формированию правильной осанки, красивой походке, профилактике плоскостопия. Современная физкультурно-оздоровительная работа – это постоянное движение вперед, пополнение арсенала используемых средств и методов тренировки. Основным средством, как и раньше, являются физические упражнения, вспомогательными – различные приспособления, которые помогают разнообразить эти упражнения и сделать их более интересными и занимательными. Чем раньше ребенок ощутит радость от физических нагрузок, тем лучше. Ведь если младшего возраста регулярные занятия спортом дети воспримут, как само собой разумеющееся, то в дальнейшем ребенок сам будет испытывать потребность в занятиях, связанных с физическими нагрузками. Кроме того, фитнес – отличный способ выплеснуть неумную детскую энергию. Детский фитнес - это не тяжелые спортивные тренировки, а увлекательное занятие, развивающее у детей координацию и ловкость движений, гибкость и пластичность, чувство ритма, внимание и быстроту реакции, повышающее способность ориентироваться в пространстве, укрепляющее осанку и мышцы ребенка, помогающее приобрести отличную физическую форму и приобщающее к здоровому образу жизни.

На занятиях могут одновременно решаться сразу несколько задач:

развитие двигательных, музыкально-ритмических, творческих способностей, профилактика нарушений осанки и плоскостопия, повышение физической подготовленности, укрепление здоровья и др.

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа направлена на укрепление здоровья, улучшение общей физической подготовленности детей, удовлетворении их биологической потребности в движении, сохранение и развитие природных задатков, а также развитие двигательных способностей в выполнении широкого спектра технических и тактических навыков в соответствии с установкой игровой ситуации.

Программа полностью построена на подвижных играх с элементами спорта и игровых упражнениях. Игры, игровые упражнения, включающие самые разнообразные двигательные действия, создают целостную систему обучения, доступную для взрослых и детей. Занятия проводятся эмоционально, с большим использованием игровых упражнений с мячом, игр с предметами, что позволяет дольше поддерживать интерес детей, повышать эффективность и точность выполнения упражнений с мячом. Содержание программы ориентировано на создание у детей хорошей физической подготовки, воспитание нравственно-волевых, моральных качеств, чувства коллективизма.

Занятия предусматривают как индивидуальную форму работы, так и действие в микрокомандах – парами, тройками, пятерками, содержание наполнено большим количеством игровых упражнений с мячом, игр с предметами, что позволяет дольше поддерживать интерес детей, повышать эффективность и точность выполнения упражнений.

Актуальность программы

В настоящее время отмечается тенденция использования разнообразных инновационных средств физической культуры с оздоровительной и лечебно-профилактической направленности на занятиях с детьми дошкольного возраста. В дошкольных учреждениях все больше используются здоровьесберегающие технологии. Проблема сохранения и укрепления здоровья является очень актуальной.

Программа «Детский фитнес» является комплексной, включающей в себя разнообразный арсенал средств методов детского фитнеса:

- детского фитнеса,
- фитбол-гимнастики,
- стэп-аэробики,
- стретчингу.

Новизна программы заключается в рациональном сочетании различных направлений детского фитнеса, оказывающие влияние на развитие двигательных особенностей детей 3-5 лет, правильное формирование опорно-двигательной системы детского организма.

Педагогическая целесообразность объясняется тем, что предлагаемые в программе игры и упражнения оптимизируют процесс формирования правильной осанки и укрепление сводов стопы, развитие двигательных способностей, достижение определенного уровня морфофункциональной зрелости, физической работоспособности, что, в свою очередь, оказывает влияние на формирование предпосылок к учебной деятельности детей дошкольного возраста.

Отличительная особенность программы является то, что в её основе лежит подход, позволяющий обеспечить системное развитие двигательных способностей, способствовать профилактике нарушений осанки, развивать функцию равновесия, а также музыкальность и танцевальность. Программа, где при выполнении физических упражнений включаются совместно двигательный, вестибулярный, слуховой, зрительный и тактильный анализаторы, что усиливает положительный эффект от занятий.

Адресат программы. Программа «Фитнес -Аэробика» предназначена для работы с детьми в дошкольном образовательном учреждении. Программа рассчитана на детей 3-5 лет, не имеющих противопоказаний к занятиям физической культуры. Методы обучения, используемые в работе, соответствуют возрастным особенностям ребенка и не дублируют образовательную программу детского сада. Состав группы- разновозрастной, наполняемость групп- до 15 человек.

Условия приема детей: запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/>.

Учащиеся могут быть зачислены в любое время учебного года при наличии свободных мест.

Уровень программы – ознакомительный.

Объём и сроки реализации Программы.

Программа рассчитана на обучение детей 3-5 лет. Объём реализации Программы – 72 часа в год, 144 часа за 2 года. Сроки реализации Программы – 2 года.

Продолжительность программы: с сентября по май, 36-38 недель или 9 месяцев. Форма проведения занятий- очная, групповая, подгрупповая.

Год обучения	Периодичность /в неделю	Продолжительность/ в минутах	Учебные часы в месяц	Учебные часы в год
1 год (3-4 года)	2	15	8	72
2 год (4-5 лет)	2	20	8	72

Состав в группе постоянен. Формы организации занятий могут варьироваться: работа подгруппами, парами, всем коллективом.

Образовательный процесс организован в соответствии с учебными планами групп.

Основной формой работы с детьми является занятие, продолжительность которого соответствует возрастным нормам детей. Учитывая возрастные особенности и степень подготовленности детей, знания, умения и навыки, предлагаются задания, различные по степени сложности.

Методы обучения:

Словесные методы обучения:

Объяснение упражнений, правил подвижных игр

Беседа после проведения занятия (вопросно-ответная форма).

Наглядные методы обучения:

Показ педагогом движения с последующим выполнением его вместе с детьми.

Показ движения или исполнение песенного отрывка наиболее способным ребёнком.

Практические методы обучения:

Упражнения в движении.

Игровой материал (подвижные, дидактические игры, ролевые игры).

Двигательные импровизации.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: содействовать всестороннему гармоничному развитию личности ребенка через укрепление здоровья, приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

Образовательные:

- вооружить занимающихся знаниями о влиянии занятий на организм, понятии здорового образа жизни, правилах техники безопасности на занятиях, профилактике травматизма;
- формировать знания, умения и навыки, необходимые в разнообразных условиях жизни, обогащать двигательный опыт занимающихся;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- способствовать развитию интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;
- прививать навыки личной и общественной гигиены (самообслуживание, соблюдение чистоты).

Развивающие:

- содействовать оптимизации роста и развитию опорно-двигательного аппарата;
- гармонично развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, быстроту;
- содействовать развитию координационных способностей, функции равновесия, вестибулярной устойчивости;
- формировать и закреплять навык правильной осанки;
- содействовать профилактике плоскостопия;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем организма;
- способствовать повышению работоспособности организма занимающегося;
 - развивать мелкую моторику рук;
- способствовать коррекции психомоторного, речевого, эмоционального и общего психического состояния.

Воспитательные:

- воспитывать умение эмоционального самовыражения, раскрепощённости и творчества в движениях;

- формировать навыки выразительности, пластичности в движениях;
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи; • способствовать развитию воображения, мышления, познавательной активности;
- воспитывать трудолюбие и стремление к достижению поставленной цели;
- содействовать формированию коммуникативных качеств у детей

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план 3-4 года

№ п/п	Название раздела (темы)	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	«В гости к солнышку»	2	1	1	Вводная диагностика
2	«Экскурсия в лес»	8	2	6	Промежуточный контроль
3	«Путешествие по городу»	6	2	4	Промежуточный контроль
4	«Разноцветные платочки»	6	1	5	Промежуточный контроль
5	«Весёлые самолёты»	8	1	7	Промежуточный контроль
6	«В гостях у лисы»	8	1	7	Промежуточный контроль
7	«Школа физкультуры Мишки Топтыжки»	6	2	4	Промежуточный контроль
8	«Поиграем с солнечным зайчиком»	6	1	5	Промежуточный контроль
9	«На солнечной поляночке»	6	1	5	Промежуточный контроль
	Итоговое	2	0	2	Промежуточный контроль
	ИТОГО	72	14	58	Итоговая диагностика

**Учебный план
4-5 лет**

№ п\п	Название раздела (темы)	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	«Прогулка в осенний сад»	2	1	1	Вводная диагностика
2	«Весёлая карусель»	8	2	6	Промежуточный контроль
3	«Путешествие на волшебный остров»	6	2	4	Промежуточный контроль
4	«Магазин»	6	1	5	Промежуточный контроль
5	«В гости к Винни-Пуху»	8	1	7	Промежуточный контроль
6	«В гости к кукле Маше»	8	1	7	Промежуточный контроль
7	«Волшебная палочка»	6	2	4	Промежуточный контроль
8	«Путешественники»	6	1	5	Промежуточный контроль
9	«На солнечной поляночке»	6	1	5	Промежуточный контроль
	Итоговое	2	0	2	Промежуточный контроль
	ИТОГО	72	14	58	Итоговая диагностика

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предполагается, что освоение программного материала поможет естественному развитию организма детей дошкольного возраста, его морфологическому и функциональному совершенствованию отдельных органов и систем. Обучение по данной программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический и эмоциональный настрой, а также способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию, профилактике различных заболеваний и повышению интереса к занятиям.

Ожидаемые результаты:

Образовательный:

- Овладение естественными и жизненно важными двигательными умениями и качествами,
- Обогащение двигательного опыта;
- Формирование у детей умения объективно оценивать свои физические возможности;
- Развитие двигательных творческих способностей;
- Формирование устойчивого интереса к физической культуре и спорту.

Воспитательный:

- Формирование потребности в здоровом образе жизни и ответственного отношения детей к своему здоровью;
- Развитие способности к координации и урегулированию совместных действий при выполнении двигательных задач;
- Воспитание моральных и волевых качеств детской личности.

Обучающий:

- Формирование сознательного отношения к своим и чужим физическим возможностям;
- Воспитание отрицательного отношения к вредным здоровьеразрушающим привычкам.

**Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий,
включающий формы аттестации**

Календарный учебный график

3-4 года

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1	03.09-26.09	«В гости к солнышку»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
2	01.10-31.10	«Экскурсия в лес»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
3	05.11-28.11	«Путешествие по городу»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
4	03.12-26.12	«Разноцветные платочки»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
5	09.01-23.01	«Весёлые самолёты»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
6	04.02-27.02	«В гостях у лисы»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
7	04.03-27.03	«Школа физкультуры Мишки Топтыжки»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
8	01.04-24.04	«Поиграем с солнечным зайчиком»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
9	06.05-29.05	«На солнечной поляночке»	8	ОРУ, Фитнес-	Физкультурный зал	наблюдение

				тренировка		
--	--	--	--	------------	--	--

4-5 лет

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1	03.09 - 26.09	«Прогулка в осенний сад»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
2	01.10 - 31.10	«Весёлая карусель»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
3	05.11 - 28.11	«Путешествие на волшебный остров»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
4	03.12 - 26.12	«Магазин»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
5	09.01 - 23.01	«В гости к Винни-Пуху»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
6	04.02 - 27.02	«В гости к кукле Маше»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
7	04.03 - 27.03	«Волшебная палочка»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение
8	01.04 -	«Путешественники»	8	ОРУ, Фитнес-	Физкультурный	наблюдение

	24.04	»		тренировка	й зал	е
9	06.05 - 29.05	«На солнечной поляночке»	8	ОРУ, Фитнес-тренировка	Физкультурный зал	наблюдение

РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ «ВОСПИТАНИЕ»

Пояснительная записка

Рабочая программа «Воспитание» к дополнительной общеобразовательной программе «Фитнес-аэробика». Данная программа воспитания направлена на приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в российском обществе, а также решение проблем гармоничного вхождения обучающихся в социальный мир и налаживания ответственных взаимоотношений с окружающими их людьми. Программа призвана обеспечить достижение обучающимися личностных результатов: сформировать у них основы российской идентичности, правосознания, готовность к саморазвитию; мотивацию к познанию, обучению, здоровому образу жизни

Цель: создание единого пространства, способствующего формированию высокодуховной и социально-активной личности гражданина и патриота, способной к успешной адаптации в обществе с учетом современных условий и потребностей социального развития.

Задачи:

- воспитывать патриотические чувства, любовь к Отечеству через освоение его истории, культуры;
- воспитывать правосознание, помогать детям в освоении гражданских прав и обязанностей;
- использовать все возможные средства для воспитания у обучающихся общей культуры, верности духовным традициям России, уважения к ценностям современного общества, сформированного на основе духовных ценностей культуры России;
- развивать и совершенствовать работу по воспитанию здорового образа жизни и негативного отношения к вредным привычкам;

-формировать культуру свободного времени: вовлекать обучающихся в яркий мир игр, соревнований, праздников, развивать познавательную активность;

-формировать экологическое мировоззрение и экологическую культуру, ответственное отношение к природе;

-способствовать развитию умений и навыков трудовой деятельности, приобщению к творческому труду.

Формы и методы воспитания:

Праздники, концертно-игровые программы, театрализованные представления, конкурсы, спортивно-танцевальные композиции, игры, фотовыставки, акции, консультации, разъяснительные беседы.

Организационные условия.

Воспитание подрастающего поколения в нашей стране в настоящее время является важнейшим процессом модернизации системы образования и общества в целом. Учреждения дополнительного образования обладают наибольшим воспитательным потенциалом в образовательном пространстве, поскольку именно в сфере свободного выбора видов деятельности можно рассчитывать на более эффективное воспитание.

Воспитательные задачи решаются как непосредственно на учебном занятии, так и на специально организованных мероприятиях, входящих в воспитательные модули:

«Организационно-массовые мероприятия» (гражданско-правовое, патриотическое, духовно-нравственное, спортивно-оздоровительное, художественно-эстетическое, трудовое, экологическое направления, воспитание познавательного интереса);

«Работа с родителями»;

«Волонтерство»;

«Мы в соцсетях»;

«Посещение мини-музея»

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат
1	«С Днём рождения, любимый город»	сентябрь	Занятие-игра	будут сформированы основы гражданственности
2	«Посылка солдату»	октябрь	Благотворительная акция	будут сформированы основы гражданственности
3	«День матери»	ноябрь	Занятие-игра	формируются чувства в сфере отношения к окружающим людям, любви к близким
4	«Новый Год»	декабрь	Занятие-игра	сформируются умения и навыки нравственного поведения, развитие потребности на общую тему.
5	«Рождественские встречи»	январь	Занятие-игра	сформируются умения и навыки нравственного поведения, развитие потребности на общую тему.
6	«День защитника»	февраль	Занятие-игра	обогатятся знания о Родине,

	Отечества»			уважения к государственным символам
7	«8 Марта»	март	Занятие-игра	формируются чувства в сфере отношения к окружающим людям, любви к близким
8	«Освоение космоса»	апрель	Загятие-игра	будут сформированы основы гражданственности
9	«День Победы»	май	Занятие-игра	обогалятся знания о Родине, уважения к государственным символам

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Музыкально-спортивный зал.

Оборудование и материалы:

1. Детские гантели.
2. Фитболы.
3. Степ-платформы.
4. Массажные мячи, ребристые дорожки, массажные коврики, полусферы, ортопедические коврики, массажные островки.
5. Музыкальный центр, ИКТ.
6. Гимнастические маты.
7. Гимнастическая скамейка.
8. Дуги для подлезания.
9. Обручи.
10. Скакалки.
11. Мячи.
12. Гимнастические палки.
13. Кольца (20см)
14. Мешочки для метания.
15. Фитнес-резинки

16. Кубики для йоги

17. Батут

Кадровое обеспечение:

Ласко Юлия Евгеньевна, воспитатель

Образование высшее: СГПИ, 2006 год,

Квалификация: учитель русского языка и литературы, стаж работы 17 лет.

Курсы повышения квалификации:

Формы аттестации

Текущий контроль.

Промежуточный и итоговый.

Определение результатов работы и степени освоения программного материала в форме наблюдения, соревнований, отчетных и других мероприятий.

Методы мониторинга:

- Наблюдение за поведением ребенка в разных видах деятельности.
- Анкетирование родителей.

Результат отслеживается через диагностирование деятельности детей, которое проводится два раза в год.

Способы фиксации данных обследования:

- Протоколы наблюдений.
- Данные тестирования
- Способы обработки результатов
- Обобщение результатов сводной таблицы.
- Качественный анализ данных обследования.
- Диагностика

Методические материалы

Методики и технологии:

- методика использования детских спортивных тренажеров;
- метод музыкотерапии;
- методики формирования правильной осанки;
- методика профилактики плоскостопия.

Список литературы

Для педагога

1. Веселовская С.В., О. Ю. Сверчкова, Т. В. Левчинкова // Пособие по фитбол - аэробике и фитбол - гимнастике. – М.: ННОУ Центр «Фитбол», 1998.
2. Горботенко О.Ф. Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ: планирование, занятия, упражнения, спортивно–досуговые мероприятия/ авт.-сост. О.Ф.Горботенко, Т.А. Кардаильская, Г.П.Попова. – Волгоград: Учитель,2008. – 159с.
Железняк Н.Ч. занятия на тренажерах в детском саду. - М.:Издательство «Скрипторий 2003», 2009.
3. Крючек Е.С. Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий: Учебно-метод. пос. - М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс,2001. - 64 с.
4. Константинова А.А. «Игровой стретчинг» – СПб, Учебно – методический центр «Аллегр», 1993г
5. Кудра Т.А. Аэробика и здоровый образ жизни Учеб. пос. - Владивосток: МГУ им. адмирала Г.И. Невельского, 2001.- 120 с.
6. Клубкова Е.Ю. Фитбол-гимнастика в оздоровлении организма. –СПб., 2001.
7. Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья: Программа оздоровления дошкольников программа развития. - М.:ТЦ Сфера, 2007.- 208с.
8. Кузнецова М.Н. Оздоровление детей в детском саду. Система мероприятий учебное пособие для воспитателей - М.: Айрис-пресс, 2008.-96
9. Лагутин Л.Б. Физическое воспитание ребенка в дошкольном учреждении Теория и практика физической культуры.-1994.-№7.-С.8-11. 11. Лукина Г.Г.,Семенова Т.В. Профилактика нарушений осанки у детей 56 лет средствами фитбол-гимнастики. СПб. Научно-

- методических трудов. Актуальные вопросы физической культуры детей дошкольного возраста. СПб: Белл,2004.-стр.121-125.
12. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. - СПб.: Речь,2002.-476с.
 13. Потапчук А.А., Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. - СПб.: Речь,2001.
 14. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. - М.: Терра-Спорт, 2000. - 72 с. Попова Е.Г.
 15. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно - методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры, учебное пособие /Сост. О.М. Литвинова.- Волгоград: Учитель, 2007. - 238с.
 16. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных учреждений./Под ред. С.О.Филипповой. - СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2007.- 416с.
 17. Сайкина Е.Г. «Фитбол-аэробика и классификация ее упражнений»\\Теория и практика физической культуры.- 07.2004.стр.43-46.
 18. Сайкина Е. Г.,Фирилева Ж.Е.,Физкульт-привет минуткам и паузам! Сборник физических упражнений для дошкольников и школьников: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.: «Детство-Пресс»,2004-128с.
 19. Сайкина Е. Г. «Мой веселый, звонкий мяч» (фитбол-аэробика для детей) СПб. «Детство-пресс» Дошкольная педагогика 2005.
 20. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1года до 14лет. М.:Новая школа,1994.
 21. Сайкина Е. Г., Кузьмина С.В. Танцы на мячах. Оздоровительно - развивающая программа по фитбол - аэробике для детей дошкольного и младшего школьного возраста Спб., Из-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2006.

Для детей

1. <https://mdou12.68edu.ru/Stranici/Gto/skazki.pdf>
2. А. Бах «Надо спортом заниматься»
3. А. Барто «Зарядка» Заходер Б. Гимнастика для головастика: Сказка.
4. Е. Канн «Наша зарядка»
5. Э. Керра «О пользе спорта и физкультуры»

6. А. Павлова «Весёлая зарядка»
7. В. Сулова «Про Юру и физкультуру»
8. З. Александрова «Большая ложка»
9. Е. Благина «Про малину»
10. В. Ковальчук «Сказка о здоровом питании»
11. А. Кардашова «За ужином»
12. С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала»
13. Н. Носов «Мишкина каша»
14. Ю. Тувим «Овощи»
15. Э. Успенский «Дети, которые плохо едят в детском саду»
16. С. Волков «Руки могут всё достать» «Для чего всем людям уши?» «Зачем нам рот»
17. М. Ефремов «Тело человека»
18. И. Ильина «Про всё»
19. Н. Кнушевицкая «Руки» «Ноги» «Глаза» «Охрана зрения» «Нос» «Кожа»
20. Р. Коренек «Мишка»
21. Н. «Ребятишкам про глаза»

Для родителей

1. Е. Первушина «Спортсмен, музыкант, поэт, математик... Как выявить и развить способности вашего ребенка
2. Бианки Виталий. Репортаж со стадиона «Жукамо»
3. Гончарова Анна. Еня и Еля. Да здравствует футбол!
4. Данилова Ирина. Я хочу, могу и делаю!
5. Зак Владимир. Шахматы для детей
6. Зартайская Ирина. Пряник и Вареник. Спорт и булочки
7. Москвина Марина. Приключения Олимпионика
8. Пегов Михаил. Олимпийские игры
9. Пегов Михаил. Ура, футбол!
10. Пентегов Дмитрий. Парашюты. Шаг в небо
11. Рунге С. Шайбу! Шайбу!
12. Смешарики. Спортивные истории
13. Третьяк Владислав. Трус не играет в хоккей
14. Шалаева Галина. Большая книга о спорте

