



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 552

620085, г. Екатеринбург, ул. Агрономическая 64, 64а, E-mail: detsad_552@mail.ru Сайт: <http://552.tvoyasadik.ru>

Принято:
на заседании Педагогического совета
Протокол от «29» 08 2018 г. № 1

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ детского сада № 552
Дьячкова /М.В. Дьячкова/
Приказ от «29» 08 2018 г. № 69/18-02

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА-
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно - спортивной направленности «оздоровительно – игровая гимнастика
«Детский фитнес»
Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 552
для детей дошкольного возраста от 3 - 7 лет
срок реализации: 4 года**



2018 г. Екатеринбург

| № п/п | Содержание Программы | Стр. |
|--------|--|------|
| 1. | ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ | 4 |
| 1.1. | Пояснительная записка дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы физкультурно - спортивной направленности «оздоровительно – игровая гимнастика «Детский фитнес» | 4 |
| 1.1.1. | Цели и задачи реализации дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «оздоровительно – игровая гимнастика «Детский фитнес» | 6 |
| 1.1.2. | Принципы и подходы к формированию дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «оздоровительно – игровая гимнастика «Детский фитнес» | 7 |
| 1.1.3 | Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста. | 8 |
| 1.2. | Планируемые результаты освоения программы освоения дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «оздоровительно – игровая гимнастика «Детский фитнес» | 9 |
| 2. | СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ | 11 |
| 2.1. | Содержание психолого – педагогической работы | 11 |
| 2.2. | Рабочие программы модули | 14 |
| 2.3. | Способы и направления поддержки детской инициативы. | 25 |
| 2.4. | Особенности взаимодействия с семьями воспитанников. | 26 |
| 2.5. | Иные характеристики значимые для реализации программы | 27 |
| 3. | ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ | 27 |
| 3.1. | Психолого – педагогические условия обеспечивающие развитие ребенка | 27 |
| 3.2. | Организация развивающей предметно – пространственной среды развития ребенка | 28 |
| 3.3. | Оснащение образовательного процесса, в том числе ТСОУ , режим дня, учебный план | 29 |
| 3.4. | Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей | 58 |

| | | |
|------|--|----|
| | программы физкультурно - спортивной направленности «оздоровительно – игровая гимнастика «Детский фитнес» | |
| 3.5. | Расписание занятий | 66 |
| 3.6. | Педагогическая оценка индивидуального развития детей 3-7 лет | 66 |

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы физкультурно - спортивной направленности «оздоровительно – игровая гимнастика «Детский фитнес»

Актуальность программы базируется на результатах исследований Первого московского медицинского университета им. И.М. Сеченова, которые выявили, что около 50% дошкольников имеют различные отклонения в состоянии здоровья, а более 20% - хронические заболевания, отстают в развитии. По распространенности у детей 4-10 лет первое место занимают болезни опорно-двигательного аппарата. К тому же, гиподинамия, неправильное питание – теперь не только проблема взрослого населения, но и подрастающего поколения. Современные дошкольники реже занимаются спортом и играют в подвижные игры. Причинами этого зачастую являются: компьютеризация, чрезмерное увлечение родителями интеллектуальным развитием детей в ущерб физическому, переедание в связи с изменением качественного и количественного состава рациона детей. Поэтому важная задача каждого неравнодушного педагога и родителя – сформировать у ребенка понимание важности физических упражнений, спорта, ведь это – залог здоровья и успешности личности.

Фитнес (от англ. *Fitness* – «соответствие») – появился в нашей стране в 90-е годы 20-го века. Это деятельность, направленная на повышение уровня здоровья и предполагающая множество видов физической активности и здоровый образ жизни. Детский фитнес – хорошо продуманная детская физкультура. Это занятия под специально подобранную музыку, которые могут быть организованы в ДОО как дополнение к гос. программам. Отличительными особенностями детского фитнеса являются: рациональное сочетание в фитнес-тренировке разных видов двигательной деятельности, интересная для детей форма проведения тренировок (БЕЗ принуждения, С пониманием индивидуальных талантов и способностей детей). Важным аспектом тренировок является то, что психика ребенка не травмируется, и он не чувствует себя неудачником, если он не лучший, нет погони за результатом, ведь Фитнес носит адаптирующий характер, поскольку учит жить в социуме, а значит, ребенок занимается с удовольствием. Фитнес – не дань моде, он способствует гармоничному развитию души и тела.

Программа «Детский фитнес» разработана с учетом методических рекомендаций программ: «Фитбол – аэробика для дошкольников «Танцы на мячах» Е.Г. Сайкина, С.В. Кузьмина, Санкт -Петербург Издательство «Детство – Пресс» 2015 г., «Детский фитнес» Е. В. Сулим, Издательство «Творческий центр «Сфера» 2014 г., «Фитнес для дошкольников» А.А. Нечитайлова, Н.С. Полунина, Издательство «ДЕТСТВО – ПРЕСС» 2017 г.; «СА-ФИ-ДАНСЕ» Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Издательство «ДЕТСТВО – ПРЕСС» 2016 г. - представляет собой систему комплексных спортивных занятий для детей 4 -7 лет, которые могут включать в себя элементы современных оздоровительных технологий:

- Аэробика
- Фитбол-гимнастика
- Степ-аэробика
- Чирлидинг
- Элементы спортивных игр

Данная программа является *танцевально-спортивной и направлена на физическое развитие ребенка дошкольного возраста и рассчитана на возрастную категорию детей от 4 до 7 лет. Особенностью программы является новизна, заключающаяся в применении*

оздоровительных фитнес-технологий, которые при условии использования принципов «ненасильственного» физического воспитания развивают детей физически одновременно с развитием их умственных способностей.

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа физкультурно - спортивной направленности «оздоровительно – игровая гимнастика «Детский фитнес» (далее - Программа). Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 552 (МАДОУ № 552) разработана в соответствии с законодательными нормативными документами:

- Конституция Российской Федерации. Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года // Российская газета. 1993. 25 декабря.
- Закон «Об образовании» в Российской Федерации: Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ (в ред. от 25.11.2013).
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального образовательного стандарта дошкольного образования».
- Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»: Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26
- СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" публикуется в редакции Постановления Главного санитарного врача РФ от 27.07.2015 г. № 28, от 27 августа 2015 года № 41, с изм., внесенными Решением Верховного Суда РФ от 04.04.2014 г. № АКПИ14-281, начало действие редакции 20.09.2015 г.
- Устав МАДОУ № 552 (новая редакция), утвержден Распоряжением Управления образования Администрации города Екатеринбурга № 1376/46/36 от 10.06.2016 г.

Новизна программы заключается в рациональном сочетании различных направлений детского фитнеса, оказывающие влияние на развитие двигательных способностей детей 3-7 лет, правильное формирование опорно-двигательной системы детского организма.

Актуальность: В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является всегда актуальной. Каждый родитель желает, чтобы его ребенок был крепким, сильным, а главное, здоровым. Укрепление здоровья дошкольника зависит от разных факторов, в том числе и от повышения уровня двигательной активности детей. Поэтому актуальность программы заключается в оптимизации двигательной деятельности детей старшего дошкольного возраста посредством занятий фитнесом для сохранения и укрепления здоровья воспитанников, формирования ценностей здорового образа жизни.

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 старшего дошкольного возраста.

1.1.1. ЦЕЛИ и ЗАДАЧИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Цель программы - содействие всестороннему гармоничному развитию личности ребенка, укреплению здоровья, развитию двигательных способностей, профилактике и коррекции различных заболеваний, приобщение к здоровому образу жизни.

Программа характеризуется большим разнообразием задач направленного воздействия на организм занимающегося.

Задачи программы:

Оздоровительные:

- укрепление опорно-двигательного аппарата детей 3-7 лет;
- профилактика плоскостопия;
- развитие и совершенствование функций органов дыхания, сердечно-сосудистой, нервной системы.

Развивающие:

- развитие физических качеств детей 3-7 лет (координации, чувства равновесия, гибкости);
- развитие свободного общения с детьми и взрослыми по поводу своего самочувствия, здоровья, двигательной деятельности;
- содействие развитию чувства ритма, памяти, внимания, воображения, умению согласовывать движения с музыкой.

Образовательные:

- формирование знаний о влиянии занятий детским фитнесом на организм, о здоровом образе жизни, о правилах техники безопасности на занятиях;
- формирование знаний об аэробике, степ-аэробике;
- обогащать двигательный опыт детей.

Воспитательные:

- содействие формированию коммуникативных умений (лидерства, инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи);
- воспитание у детей эмоционально положительного отношения и устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- воспитывать умения эмоционального самовыражения, раскрепощенности, творчества в движениях.

Задачи программы «Детский фитнес» по возрастным группам

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Повышать сопротивляемость организма. Укреплять опорно-двигательный аппарат. Формировать правильную осанку. Укреплять силу мышц стопы и голени с целью предупреждения плоскостопия, так как оно может существенно ограничить двигательную активность ребенка. Развивать и укреплять все основные мышечные группы. Содействовать повышению функциональных возможностей вегетативных органов. Укреплять сердечно-сосудистую и дыхательную системы, улучшать обменные процессы в организме. Улучшать физические способности: координацию движений, силу, выносливость, скорость. Формирование основных жизненно-важных двигательных умений и навыков.

Средняя группа (4-5 лет)

Формировать правильную осанку, укреплять костно-мышечный корсет. Развивать координацию движений. Укреплять сердечно-сосудистую и дыхательную системы. Развивать основные физические качества (силу, выносливость, быстроту, координацию и др.) Улучшать

двигательную музыкальную память детей. Расширять двигательный опыт детей. Развивать эстетический вкус и интерес к занятиям фитнесом.

Старшая группа (5-6 лет)

Обучать приемам релаксации, самодиагностики. Обеспечить формирование правильной осанки, укрепление мышечного корсета. Обучение элементам оздоровительной аэробики, гимнастики с предметами, танцевальным упражнениям. Улучшать физические качества (координацию движений, силу, выносливость, скорость и др.) Укреплять опорно-двигательный аппарат. Укреплять силу мышц стопы и голени с целью предупреждения плоскостопия. Развивать и укреплять все основные мышечные группы.

Подготовительная к школе группа (6-7 лет)

Повышать двигательную активность детей, используя нестандартное оборудование. Развивать чувство равновесия, координацию движений, чувство ритма, способствовать профилактике плоскостопия совершенствовать выполнение танцевальных движений и упражнений на степе. Укреплять связочно-суставный аппарат, сосудистую и дыхательную системы. Формировать и закреплять навык правильной осанки. Воспитывать у детей умение слаженно выполнять упражнения в коллективе. Формировать чувство темпа и ритма движений, внимания, пространственной ориентации. Улучшение психического состояния (снижение тревожности и агрессии, эмоционального и мышечного напряжения).

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.

Методологической основой Программы являются общепсихологическая теория деятельности А. Н. Леонтьева, культурно-историческая концепция Л. С. Выготского.

Программа разработана с учетом следующих основных принципов дошкольного образования:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

Основными подходами к формированию Программы являются:

- деятельностный подход, предполагающий развитие ребенка в деятельности, включающей такие компоненты как самоцелеполагание, самопланирование, самоорганизация, самооценка, самоанализ;
- индивидуальный подход, предписывающий гибкое использование педагогами различных средств, форм и методов по отношению к каждому ребенку;

- личностно-ориентированный подход, который предусматривает организацию образовательного процесса на основе признания уникальности личности ребенка и создания условий для ее развития на основе изучения задатков, способностей, интересов, склонностей;
- средовой подход, ориентирующий на использование возможностей внутренней и внешней среды образовательного учреждения в воспитании и развитии личности ребенка.

1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.

Возрастные особенности физического развития детей 3-4 лет

Ребенок трех-четырёх лет уверенно ходит, координирует движения рук и ног при ходьбе, воспроизводит разнообразные другие движения. Дети растут, становятся выше и тоньше, у них совершенствуется координация движений, уменьшается мышечный тонус, развивается чувство равновесия. Они способны овладеть всем спектром навыков активной деятельности, начиная от самых простых. Двигательные навыки у ребёнка данного возраста: переход от бега к ходьбе по сигналу, умеет держаться прямой линии при ходьбе, прыгает с места, встает из положения «лежа» не раскачиваясь, прыгает с нижней ступеньки (40 см), хлопает в ладоши и притопывает, бежит, ускоряя и замедляя темп, стоит на одной ноге, ходит на цыпочках, легко поворачивается боком, делает прыжки на одной ноге, ловит брошенный мяч, легко поднимается с корточек. Ребёнок чередует бег с прыжками, стоит на одной ноге 10 сек., неуклюже подпрыгивает на одной ноге, чувствует ритм и умеет маршировать под счет или в такт музыке, поднимается по висячей лестнице, меняя ноги, перепрыгивает через препятствие (35 см), делает 3 прыжка вперед, удерживая равновесие, делает кувырки вперед. Ходит назад с носка на пятку, прыгает вперед 10 раз, не падая, бросает набивной мяч кому-либо на расстояние 1-2 м, ловит теннисный мяч с расстояния 1 м.

Возрастные особенности физического развития детей 4 -5 лет

К пяти годам мышцы становятся гораздо сильнее, их работоспособность увеличивается. Значительно развивается мускулатура, особенно на ногах. Более развитые дети уже могут отрывать обе ноги от земли, неплохо прыгать, приземляясь на полусогнутые ноги. Они уже могут прыгать с разбега, но еще не умеют правильно использовать взмах рук. У ребенка четырех-пяти лет уже достаточно хорошо развита координация движений, он умеет стоять на одной ноге, ходить на пятках и на носках и т. д. Это возраст «граций» — малыши ловкие и гибкие. Движения становятся намного эстетичнее и совершеннее. В этом возрасте особенно легко дается гимнастика. Ребенка уже можно учить ходить на лыжах и кататься на коньках, на двухколесном велосипеде.

Возрастные особенности физического развития детей 5–6 лет

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно- связочный аппарат, мускулатура) ребёнка к 5-6 годам ещё не завершено. В этом возрасте сила мышц-сгибателей больше силы мышц разгибателей, что определяет особенности позы ребёнка: голова слегка наклонена вперед, живот выпячен, ноги согнуты в коленях. Поэтому здесь огромную роль играют занятия физкультурой, которые дают соответствующую нагрузку. Медленно развиваются мелкие мышцы кисти. Необходимо как можно больше играть с детьми мячом. Развиваются и сердечно - сосудистая система и дыхательная. Объём лёгких развивается под влиянием физических нагрузок. Артериальное давление у детей данного возраста ниже, чем у взрослого человека. А физические нагрузки оказывают тренирующее воздействие на сердечно - сосудистую систему; под влиянием физических нагрузок вначале увеличивается частота пульса, максимальное и минимальное

кровеное давление. По мере тренировки реакция сердечно - сосудистой системы на физические нагрузки меняется, работа сердца становится более экономичной. При активной мышечной деятельности энергозатраты возрастают пропорционально интенсивности физических усилий.

Возрастные особенности физического развития детей 6-7 лет

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Они умеют их сочетать в зависимости от окружающих условий. Растут возможности различения пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, идёт на лыжах, едет на велосипеде и т. п. они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Совершенствуются основные виды движений, ярче проявляются индивидуальные особенности движения, зависящие от телосложения и возможностей ребёнка. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движения. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Следует учесть, что стремление ребёнка добиться хорошего результата не всегда совпадает с его возможностями, поэтому взрослый должен быть очень внимателен и не допускать перегрузки. Начинается интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например ног, головы, кисти и пальцев рук и др. у детей постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Дети начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками (особенно у мальчиков). Очень ценно, что дети уже понимают значение упражнения для совершенствования движений. Они целенаправленно повторяют упражнения, проявляя большую выдержку и настойчивость. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движения. Одним больше нравится бегать и прыгать, другим - играть с мячом и т. д. нередко детям нравятся те упражнения, которые лучше получаются. Взрослым необходимо поддерживать индивидуальные интересы детей.

1.2. Планируемые результаты освоения программы

Дети, занимающиеся по программе «Детский фитнес», прежде всего, учатся понимать роль физкультуры и спорта в жизни человека. Пространство, создаваемое итогами занятий программы, способствует развитию у детей умения чувствовать свое тело и понимать необходимость поддерживать состояние своего здоровья на высшем уровне посредством занятий физкультурой.

Младший дошкольный возраст (3 – 4 года)

- У ребенка сформирована соответствующая возрасту координация движений. Он проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.
- Активен в организации собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, подвижных играх; интересуется данными видами игр, с удовольствием узнает новые, самостоятельно обращается к ним в повседневной жизнедеятельности. С удовольствием пользуется простейшими навыками двигательной и гигиенической культуры. Проявляет интерес к знакомству с правилами здоровьесберегающего и безопасного поведения.
- Испытывает радость и эмоциональную комфортность от проявлений двигательной активности, ее результатов, выполнения элементарных трудовых процессов, норм и правил ЗОЖ (чистые руки, хорошее настроение, красивая походка, убранные игрушки, аккуратно сложенная одежда), оздоровительных мероприятий.

- Взаимодействует с взрослым и сверстниками в условиях двигательной активности, ориентирован на сотрудничество и кооперацию, умеет согласовывать движения в коллективной деятельности. Выражает свои потребности и интересы вербальными и невербальными средствами.
- Стремится правильно (безопасно) организовать собственную двигательную активность и совместные движения, и игры со сверстниками в группе и на улице; ориентирован на соблюдение элементарной культуры движений. Испытывает удовлетворение от одобрительных оценок взрослого, стремясь самостоятельно повторить положительное действие.
- Может реализовать необходимые двигательные умения и навыки ЗОЖ в новых обстоятельствах, новых условиях, переносить в игру правила здоровьесберегающего и безопасного поведения при участии взрослого.
- Стремится к постановке цели при выполнении физических упражнений; способность правильно реагировать на инструкции взрослого в освоении новых двигательных умений, культурно-гигиенических навыков и навыков ЗОЖ.

Младший дошкольный возраст (4 – 5 лет)

- Ходить ритмично под музыку с выполнением различных заданий;
- Выполнять несложные связки ОРУ под музыку без предметов и с предметами (гимнастические палки, ленты, обручи, мячи, скакалки);
- Бегать и прыгать под музыку, выполняя движения по кругу, змейкой, в колонне по два;
- Выполнять с помощью инструктора элементарные упражнения игрового стретчинга, приемов самомассажа (поглаживание и разминание).

Старший дошкольный возраст (5 – 6 лет)

- Овладение естественными и жизненно важными двигательными умениями, и качествами, обогащение двигательного опыта;
- Формирование у детей умения объективно оценивать свои физические возможности, чтобы грамотно действовать в необычных ситуациях с точки зрения опасности или безопасности совершения определенных действий.
- Развитие двигательных творческих способностей;
- Формирование устойчивого интереса к физической культуре и спорту.
- 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.
- Формирование сознательного отношения к своим и чужим физическим возможностям;
- Воспитание отрицательного отношения к вредным для здоровья разрушающим привычкам.

Старший дошкольный возраст (6 – 7 лет)

- Овладение естественными и жизненно важными двигательными умениями, и качествами, обогащение двигательного опыта;
- Формирование у детей умения объективно оценивать свои физические возможности, чтобы грамотно действовать в необычных ситуациях с точки зрения опасности или безопасности совершения определенных действий.
- Развитие двигательных творческих способностей;
- Формирование устойчивого интереса к физической культуре и спорту.
- 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.
- Формирование сознательного отношения к своим и чужим физическим возможностям;
- Воспитание отрицательного отношения к вредным здоровью разрушающим привычкам.

Результаты за 4 года обучения по Программе:

- Воспитанники к концу четвертого года обучения по Программе должны знать основы теории и практики детского фитнеса – это основные понятия степ-аэробики, фитбол-гимнастики, чирлидинга, оздоровительной гимнастики,
- Дети должны знать: все основные понятия; манеру исполнения тех или иных движений.
- Дети должны уметь: выполнять, показывать поправки животных; работать на степ-платформе; выполнять упражнения на фитболе; уметь слушать музыку; делать упражнения правильно.
- У детей сформированы: правильная осанка; стойкий интерес к занятиям физической культурой; интерес к собственным достижениям. сформирована мотивация здорового образа жизни. Развито чувство ритма, темпа, согласованность движений с музыкой.

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание психолого-педагогической работы

Содержание программы включает выполнение следующих модулей:

1. Аэробика
2. Фитбол-гимнастика
3. Степ-аэробика
4. Чирлидинг
5. Элементы спортивных игр

Этапы реализации программы

Первый и второй год обучения (3-4, 4-5 лет). Обучение упражнениям на формирование правильной осанки, укреплению костно-мышечной системы. Упражнения на развитие координации движений и укреплению сердечно - сосудистой и дыхательной систем.

Третий год обучения (5-6 лет). Обучение простым упражнениям, ритмическим танцам. Создание первоначальных представлений о технике выполняемых упражнений. Усложнение знакомых упражнений за счёт увеличения количества повторений, временного параметра и усложнённого варианта выполнения. Закрепление первоначальных знаний о здоровом образе жизни. Продолжение выполнения упражнений под музыкальное сопровождение.

Четвертый год обучения (6-7 лет). Улучшение качества и совершенствования выполнения детьми упражнений. Привитие стабильной привычки у детей к выполнению физических упражнений. Воспитание осознанного отношения к своему здоровью, творческому самовыражению (импровизация).

Основной формой организации деятельности является групповое занятие. Для того, чтобы избежать монотонности учебно-воспитательного процесса и для достижения оптимального результата на занятиях используются различные формы и методы работы с воспитанниками:

3-4 года

Формы проведения занятий

- упражнения (повторение однотипных движений, возможно образование серий из этих движений);
- подвижная игра
- соединения (последовательное выполнение различных упражнений);
- комбинация (состоит из нескольких соединений, выполняемых в одну и другую сторону);
- части комплекса (определённое количество комбинаций);

комплекс упражнений;

- сюрпризные моменты;
- интегрированная деятельность.

Методы проведения занятий

- игровой метод (драматизация, театрализация, игроритмика, игрогимнастика, танец, музыкально- ритмическая гимнастика);
- метод сравнения - наглядная демонстрация образцов правильного и неправильного владения исполнительскими навыками;
- метод звуковых и пространственных ориентиров;
- метод наглядно-слухового показа;
- метод активной импровизации;
- метод коммуникативного соревнования;
- метод упражнения (многократные повторения музыкально-ритмических и танцевальных движений).

4-5 лет

Формы проведения занятий

- упражнения (повторение однотипных движений, возможно образование серий из этих движений);
- подвижная игра
- соединения (последовательное выполнение различных упражнений);
- комбинация (состоит из нескольких соединений, выполняемых в одну и другую сторону);
- части комплекса (определённое количество комбинаций);
- комплекс упражнений.
- сюрпризные моменты;
- интегрированная деятельность.

Методы проведения занятий

- игровой метод (драматизация, театрализация, игроритмика, игрогимнастика, танец, музыкально- ритмическая гимнастика);
- метод сравнения - наглядная демонстрация образцов правильного и неправильного владения исполнительскими навыками;
- метод звуковых и пространственных ориентиров;
- метод наглядно-слухового показа;
- метод активной импровизации;
- метод коммуникативного соревнования;
- метод упражнения (многократные повторения музыкально-ритмических и танцевальных движений).

5-6 лет

Формы проведения занятий

- Стретчинг и ОРУ из разных исходных положений
- Технически сложные спортивные упражнения:
 1. соединения (последовательное выполнение различных упражнений);
 2. комбинация (состоит из нескольких соединений, выполняемых в одну и другую сторону);
 3. части комплекса (определённое количество комбинаций);
 4. комплекс упражнений.
- Подвижная игра;
- Релаксационный комплекс по методике Д.Б.Юматовой;
- круговая тренировка;
- интегрированная деятельность;
- Показательные выступления.

Методы проведения занятий

- технология развития и оздоровления (В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров);
- технология «легкая атлетика в ДОУ – основа атлетизма» (В.А. Оринчук);
- технология «И.Д.И.» (Д.Б. Юматова);
- технология гимнастики мозга (П. Деннисон);
- технология профилактики негативных эмоций по средствам подвижных игр и игровых упражнений (В.В. Онишина);
- метод музыкотерапия;
- методики формирования правильной осанки;
- методика профилактики плоскостопия.

6-7 лет

Формы проведения занятий

Стретчинг и ОРУ из разных исходных положений

- Технически сложные спортивные упражнения:
 - 1.соединения (последовательное выполнение различных упражнений);
 2. комбинация (состоит из нескольких соединений, выполняемых в одну и другую сторону);
 3. части комплекса (определённое количество комбинаций);
 4. комплекс упражнений.
- Подвижная игра
- Релаксационный комплекс по методике Д.Б.Юматовой;
- круговая тренировка;
- интегрированная деятельность;
- Показательные выступления.

Методы проведения занятий

- технология развития и оздоровления (В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров);
- технология «легкая атлетика в ДОУ – основа атлетизма» (В.А. Оринчук);

- технология «И.Д.И.» (Д.Б. Юматова);
- технология гимнастики мозга (П. Деннисон);
- технология профилактики негативных эмоций по средствам подвижных игр и игровых упражнений (В.В. Онишина);
- метод музыкотерапия;
- методики формирования правильной осанки;
- методика профилактики плоскостопия.

Структура занятий

1. Подготовительная (разминочная) часть – 5-7 минут. Упражнения на подготовку организма детей к выполнению упражнений основной части занятия;
2. Основная часть (15-20 минут).
3. Заключительная часть (5-7 минут). Постепенное снижение нагрузки, упражнения на расслабление.

2.2 Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

| Совместная деятельность с детьми в ходе режимных моментов | Самостоятельная деятельность детей | Взаимодействие с родителями воспитанников |
|--|---|---|
| Подвижная игра Игровая беседа с элементами движений Интегративная деятельность Игровые упражнения под текст и музыку Игры имитационного характера Индивидуальная работа | Подражательные движения Подвижные игры Игровые упражнения | Беседы Консультации Тренинги Информация в уголке для родителей День открытых дверей Праздники Развлечения |

2.3 Способы и направления поддержки детской инициативы

Приоритетная сфера инициативы детей, научение:

- Вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта.
- Спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей и т.п.
- Рассказывать детям о трудностях, которые вы сами испытывали при обучении плаванию.

Создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников:

- Обращаться к детям с просьбой, показать педагогу и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого.
- Поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворения его результатами.

- Создавать условия для разнообразной самостоятельной деятельности детей.
- При необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры.
- Учитывать и реализовать их пожелания и предложения.

Программа обеспечивает полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям.

Указанные требования направлены на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая:

- 1) гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;
- 2) обеспечивает эмоциональное благополучие детей;
- 3) способствует профессиональному развитию педагогических работников;
- 4) создает условия для развивающего вариативного дошкольного образования;
- 5) обеспечивает открытость дошкольного образования;
- 6) создает условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности

2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Важнейшим условием развития детей является взаимодействие с родителями по вопросам образования ребёнка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность.

Цель взаимодействия с семьёй: создание необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности ребёнка.

Взаимодействие с семьёй должно быть построено на основе гуманно-личностного подхода, согласно которому признаётся право родителей на уважение, понимание.

Задачи взаимодействия детского сада с семьёй:

- Изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам физического развития детей, условий организации разнообразной деятельности в семье;
 - Информирование друг друга об актуальных задачах обучения детей на разных возрастных этапах их развития и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
 - Создание условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми, возникновению чувства единения, радости, гордости за полученные результаты;
1. Привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях,
 2. Поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребёнка и создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

В современных условиях дошкольное образовательное учреждение является единственным общественным институтом, регулярно и неформально взаимодействующим с семьёй, то есть имеющим возможность оказывать на неё определенное влияние.

В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие принципы:

- единый подход к процессу воспитания ребёнка;
- открытость дошкольного учреждения для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей; · уважение и доброжелательность друг к другу;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- равно ответственность родителей и педагогов.

Задачи:

- 1) формирование психолого- педагогических знаний родителей;
- 2) приобщение родителей к участию в жизни ДОО;
- 3) оказание помощи семьям воспитанников в развитии, воспитании и обучении детей;
- 4) изучение и пропаганда лучшего семейного опыта.

Система взаимодействия с родителями включает:

- ознакомление родителей с результатами работы ДОО на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ДОО
- ознакомление родителей с содержанием работы ДОО, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
- участие в составлении планов: спортивных и культурно-массовых мероприятий, работы родительского комитета
- целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;
- обучение конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на семинарах-практикумах, консультациях и открытых занятиях.

2.5. Иные характеристики, значимые для реализации программы

Оценка индивидуального развития детей производится педагогом в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

III. Организационный раздел

3.1. ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами.

1. Личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков.

2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, стимулирование самооценки.

3. Формирование игры как важнейшего фактора развития ребенка.

4. Создание развивающей образовательной среды, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности.

5. Сбалансированность репродуктивной (воспроизводящей готовый образец) **и продуктивной** (производящей субъективно новый продукт) **деятельности**, то есть деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности.

6. Участие семьи как необходимое условие для полноценного развития ребенка дошкольного возраста.

7. Профессиональное развитие педагогов, направленное на развитие профессиональных компетентностей, в том числе коммуникативной компетентности и мастерства мотивирования ребенка, а также владения правилами безопасного пользования Интернетом, предполагающее создание сетевого взаимодействия педагогов и управленцев, работающих по Программе.

3.2. ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

Развивающая предметно-пространственная среда (далее – РППС) в МАДОУ детский сад № 552 обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства групповых помещений, прогулочных участков и материалов, оборудования и инвентаря для развития воспитанников, охраны и укрепления их здоровья, учёта психофизических, возрастных и индивидуальных особенностей.

В соответствии с критериями, зафиксированными ФГОС дошкольного образования, РППС в МАДОУ содержательно насыщена;

- трансформируема;
- полифункциональна;
- вариативна;
- доступна;
- безопасна.

Насыщенность РППС соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы МАДОУ детский сад № 552. Образовательное пространство групповых помещений, прогулочных участков оснащено средствами обучения (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходными, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарём.

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) обеспечивает:

- игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех категорий воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);
- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения детей.

Трансформируемость образовательного пространства обеспечено возможностью изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

Полифункциональность материалов обеспечивается:

- возможностью разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм и т. Д.;
- наличием в группе полифункциональных (не обладающих жёстко закреплённым способом употребления) предметов, в том числе природных материалов, пригодных для использования в разных видах детской активности, в том числе в качестве предметно-заместителей в детской игре.

Вариативность среды обеспечена:

- наличием в группе различных пространств (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;
- периодической сменяемостью игрового материала, появлением новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

Доступность среды обеспечена:

- доступностью для воспитанников всех помещений, где осуществляется образовательный процесс;
- свободным доступом воспитанников к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности.

Безопасность РППС обеспечивается соответствием всех её элементов требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования.

Организация образовательного пространства в групповых помещениях дает детям возможность одновременно свободно заниматься разными видами деятельности, не мешая друг другу. Этому способствует зонирование групповых помещений. Зонирование помещения помогает ребёнку выбрать для себя привлекательное занятие и сохранить устойчивый интерес к нему благодаря соответствующим игрушкам, не отвлекаясь на другие виды деятельности.

- **для физического развития детей:** различные приспособления, способствующие развитию двигательной активности детей (ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки), модульные сооружения различных форм, изготовленные из разнообразных материалов; верёвки; дорожки для ходьбы, задающие изменение направления движения; массажные дорожки и коврики с разным покрытием; игрушки и материалы, развивающие мелкую и крупную моторику, в том числе: мячи разных размеров, в том числе массажные; кегли; обручи, кольца; игрушки, которые можно катать, толкать; разноцветные предметы различной формы для нанизывания;

3.3. Оснащение образовательного процесса оборудованием, в том числе ТСО

| Функциональная направленность | Вид помещения | Оснащение. Оборудование, в том числе ТСО |
|---|---|---|
| Сохранение и укрепление здоровья детей. Безопасность. | Музыкально-физкультурный зал: — Физкультурные занятия. — Спортивные и тематические досуги. — Развлечения, праздники и утренники. — Родительские собрания и прочие мероприятия для родителей. — Консультативная работа с родителями и воспитателями. — Индивидуальные занятия. | — Шкаф для используемых пособий, игрушек, атрибутов и прочего материала. — Музыкальный центр. — Спортивное оборудование для прыжков, метания, лазанья. — Мини-батут. — Магнитофон. — Мольберт. |
| | — Спальное помещение: — Дневной сон. — Игровая деятельность. — Гимнастика после сна. | — Спальная мебель. — Физкультурное оборудование для гимнастики после сна: ребристая дорожка, массажные коврики и мячи, резиновые кольца и кубики. |
| Образование, развитие детей | — Групповые комнаты: — Физическое развитие. | Уголки физического развития и здоровья в группах согласно возрасту детей |
| Информационно-просветительская работа | — Раздевальная комната: — Информационно-просветительская работа с родителями. | — Информационный уголок. — Выставки детского творчества. — Наглядно-информационный материал для родителей. |

Материально-технические (пространственные) условия организации физического развития детей

1. Спортивный зал.
2. Спортивная площадка, оснащенная спортивным инвентарем, оборудованием, участки детского сада, оснащенные спортивными игровыми комплексами.

Предметно – пространственная среда способствует укреплению и сохранению здоровья через решение следующих задач:

1. Развитие, накопление и использование двигательного опыта детей-дошкольников.
2. Формирование основ сбережения своего здоровья.
3. Безопасность пространственных элементов и окружающего пространства.
4. Обеспечение чувства эмоциональной защищенности, доверия ребенка к окружающему миру, радость существования (через овладение диалогическими формами работы, позиция взрослого исходит из интересов и перспектив его дальнейшего развития, использование технологий гуманно-личностного подхода).
5. Развитие индивидуальности ребенка, его интересов, склонностей (диагностирование, знание индивидуальных особенностей).
6. Развитие творческих способностей ребенка, формирование позиции активного участия в творении красоты и гармонии в окружающем пространстве, тесно сотрудничая со взрослыми и сверстниками. (выстраивание предметной и эмоциональной среды с использованием известных и проблемных компонентов, выстраивание определенных детско-взрослых взаимоотношений на примере красоты человеческого мира и взаимоотношений).
7. Стимулирование, способствующее знакомству со средствами и способами познания, развитию и коррекции психических процессов ребенка (ребенок должен постоянно находиться на грани перехода к следующему этапу развития, в зоне его ближайшего развития)

| Агрономическая 64 | Агрономическая 64 а |
|-------------------------|-------------------------|
| Мяч большой – 14 шт. | Мяч большой – 16 шт. |
| Мяч средний – 5 шт. | Мяч средний – 7 шт. |
| Мяч малый - 6 шт. | Мяч малый - 5 шт. |
| Мяч массажный – 19 шт. | Мяч массажный – 26 шт. |
| Мяч фитбол – 15.шт. | Мяч фитбол – 15.шт. |
| Мяч для фитнеса – 2 шт. | Мяч для фитнеса – 2 шт. |
| Обруч 80 см. – 8 шт. | Обруч 80 см. – 4 шт. |

| | |
|--------------------------------------|-------------------------------------|
| Обруч 60 см.- 6 шт. | Обруч 60 см.- 8 шт. |
| Дуги - 2 шт. | Дуги - 2 шт. |
| Батут -1 шт. | Батут -1 шт. |
| Конус – 6 шт. | Конус – 7 шт. |
| Скакалки – 14 шт. | Скакалки – 14 шт. |
| Набор кубиков – 1 уп. | Набор кубиков – 1 уп. |
| Палка гимнастическая 150см. – 2 шт. | Палка гимнастическая 150см. – 2 шт. |
| Палка гимнастическая 106 см. – 5 шт. | Спортивные диски -2 шт. |
| Палка гимнастическая 71 см.-20шт. | Палка гимнастическая 71 см.-21шт. |
| Палка эстафетная -5 шт. | Палка эстафетная -7 шт. |
| Кегли -9 шт. | Кегли -9 шт. |
| Гантели 0.25 кг.- 4 шт | Гантели 0.25 кг.- 8шт |
| Флажки – 19 шт. | Флажки – 29 шт. |
| Коврики гимнастические – 25 шт. | Коврики гимнастические – 25 шт. |
| Мешочки для метания – 15 шт. | Мешочки для метания – 15 шт. |
| Клюшки для хоккея – 2 шт. | Клюшки для хоккея – 2 шт. |
| Кольцеброс -2 шт. | Кольцеброс -2 шт. |

Обеспеченность методическими материалами

1. «Фитнес для дошкольников (конспекты занятий)» А. А. Нечитайлова, Н. С. Полунина, М. А. Архипова. Издательство «Детство - Пресс» 2016 г.
2. «Детский фитнес (физкультурные занятия для детей 5-7 лет) Е. В. Сулим, «Растим детей здоровыми» «ТЦ Сфера» 2014 г.
3. «Фитбол-аэробика для дошкольников «Танцы на мячах» парциальная программа Е. Г. Сайкина С. В. Кузьмина. Санкт- Петербург «Детство - Пресс» 2016 г.

3.3.Режим дня

Режим работы МАДОУ № 552:

- пятидневная рабочая неделя;
- продолжительность работы МАДОУ – 10,5 часов;
- режим работы групп МАДОУ с 7 час. 30 мин до 18 час. 00 мин

Под правильным распорядком дня мы понимаем – рациональную продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей. Основным принципом построения является соответствие возрастным психофизическим особенностям детей. Режим дня детей по группам представлены для общеразвивающих групп детского сада.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей определяется с учетом времени, отведенного на:

- непрерывную образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, восприятия художественной литературы и фольклора, конструирования из разного материала, изобразительной (рисование, лепка, аппликация), музыкальной и двигательной);
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов (самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице));
- взаимодействие с семьями детей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Режим дня разрабатывается на принципах гибкости, адекватности возрастными индивидуальным особенностям детей группы. При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности воспитанников, т. к. чем ближе к индивидуальным особенностям ребенка режим МАДОУ, тем комфортнее чувствует себя ребенок, тем лучше его настроение, выше активность

3.3.Учебный план

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
|---------------------------------------|----------------------------------|------------------|--------|----------|--|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| Первый год обучения (3-4 года) | | | | | |
| 1. | Модуль «Аэробика» | 14 | 3 | 11 | Выполнение показателей элементов аэробики, фитбол-гимнастики, степ-аэробики, элементы спортивных игр, чирлидинга |
| | Модуль «Фитбол – гимнастика» | 15 | 3 | 12 | |
| | Модуль «Степ – аэробика» | 15 | 3 | 12 | |
| | Модуль «Элементы спортивных игр» | 14 | 3 | 11 | |
| | Модуль «Чирлидинг» | 14 | 3 | 11 | |
| Итого: | | 72 | | | |
| Второй год обучения (4-5 лет) | | | | | |

| | | | | | |
|---|----------------------------------|----|---|----|--|
| 2. | Модуль «Аэробика» | 14 | 2 | 12 | Выполнение показателей элементов аэробики, фитбол-гимнастики, степ-аэробики, элементы спортивных игр, чирлидинга |
| | Модуль «Фитбол – гимнастика» | 16 | 2 | 14 | |
| | Модуль «Степ – аэробика» | 15 | 3 | 12 | |
| | Модуль «Элементы спортивных игр» | 13 | 3 | 10 | |
| | Модуль «Чирлидинг» | 14 | 2 | 12 | |
| Итого: | | 72 | | | |
| Третий год обучения (5-6 лет) | | | | | |
| 3. | Модуль «Аэробика» | 14 | 2 | 12 | Выполнение показателей элементов аэробики, фитбол-гимнастики, степ-аэробики, элементы спортивных игр, чирлидинга |
| | Модуль «Фитбол – гимнастика» | 16 | 2 | 14 | |
| | Модуль «Степ – аэробика» | 15 | 3 | 12 | |
| | Модуль «Элементы спортивных игр» | 13 | 1 | 12 | |
| | Модуль «Чирлидинг» | 14 | 2 | 12 | |
| Итого: | | 72 | | | |
| Четвертый год обучения (6-7 лет) | | | | | |
| 4. | Модуль «Аэробика» | 14 | 2 | 12 | Выполнение показателей элементов аэробики, фитбол-гимнастики, степ-аэробики, элементы спортивных игр, чирлидинга |
| | Модуль «Фитбол – гимнастика» | 16 | 2 | 14 | |
| | Модуль «Степ – аэробика» | 15 | 3 | 12 | |
| | Модуль «Элементы спортивных игр» | 13 | 1 | 12 | |
| | Модуль «Чирлидинг» | 14 | 2 | 12 | |
| Итого: | | 72 | | | |

3.6. Календарный учебный график

Календарный учебный график является локальным нормативным документом, регламентирующим общие требования к организации образовательного процесса по реализации дополнительной общеразвивающей программы физкультурно - спортивной направленности «Детский фитнес» для детей дошкольного возраста (3-7 лет).

Календарный учебный график учитывает в полном объеме возрастные психофизические особенности воспитанников и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья.

Образовательный процесс по реализации дополнительной общеразвивающей программы физкультурно - спортивной направленности «Детский фитнес» для детей дошкольного возраста (3-7 лет) осуществляется в группах № 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11.

Учебный год начинается 01 сентября, заканчивается – 31 мая. Продолжительность учебной недели – 5 дней, продолжительность учебного года – 37 недель. В летний оздоровительный период (с 01 июня по 31 августа) образовательная деятельность по дополнительной общеразвивающей программы физкультурно - спортивной направленности «Детский фитнес» для детей дошкольного возраста (3-7 лет) не осуществляется.

Непосредственно образовательная деятельность в форме занятий проводится 2 раза в неделю во всех возрастных группах по подгруппам (12-15 человек), время на НОД определяется в соответствии с СанПиНом:

младшая группа – 15 минут;
средняя группа – 20 минут;
старшая группа – 25 минут;
подготовительная к школе группа – 30 минут.

Кроме непосредственно образовательной деятельности в течение года планируются и проводятся контрольные (4 неделя октября, 4 неделя февраля, 4 неделя апреля) и итоговые (2 неделя декабря, 2 неделя мая) занятия. На последней неделе апреля проводится физкультурный праздник. Дети старшего дошкольного возраста принимают участие в Фестивале Здоровье. В конце мая проводится отчетное мероприятие для детей детского сада и родителей.

Мониторинг достижений детьми планируемых результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы физкультурно - спортивной направленности «Детский фитнес» для детей дошкольного возраста (3-7 лет) осуществляется в ходе контрольных и итоговых занятий, а также в ходе различного рода выступлений воспитанников.

Календарный учебный график обсуждается и принимается Педагогическим советом, утверждается приказом заведующего до начала учебного года. Все изменения, вносимые в календарный учебный график, утверждаются приказом заведующего и доводятся до всех участников образовательного процесса.

Учреждение в установленном законодательством Российской Федерации порядке несёт ответственность за реализацию в полном объёме образовательной программы дополнительного образования в соответствии с календарным учебным графиком.

3.6. Расписание занятий

Занятия с детьми всех возрастных групп проводятся 2 раза в неделю по подгруппам (12-15 человек). Занятия проводятся во вторую половину дня вне образовательной деятельности по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Время, отведенное на непосредственно образовательную деятельность - занятия, соответствует возрасту воспитанников и СанПиНам:

младшая группа (3-4 года) – 15 минут;
средняя группа (4-5 лет) – 20 минут;
старшая группа (5-6 лет) – 25 минут;
подготовительная к школе группа (6-7 лет) – 30 минут.

3.7. Педагогическая оценка индивидуального развития детей 3-7 лет

Согласно п. 3.2.3 Стандарта, при реализации образовательной программы дошкольного образования в ДОО может проводиться оценка индивидуального развития детей дошкольного возраста в рамках педагогической диагностики (мониторинга) и психологической.

Цель оценки индивидуального развития (педагогической диагностики) – выявление результативности образовательного процесса, лежащего в основе планирования педагогического проектирования. Такая оценка связана с освоением воспитанниками основной образовательной программы дошкольного образования в связи с тем, что содержание программы должно обеспечивать развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывать определенные направления развития и образования (образовательные области).

Индивидуальная карта развития заводится один раз при поступлении воспитанника в дошкольное образовательное учреждение и заполняется на каждого воспитанника на протяжении всего периода посещения детского сада специалистами, которые ведут образовательную и коррекционно-развивающую работу с ребенком.

Результаты мониторинга используются только для оптимизации образовательной работы с группой дошкольников и для решения задач индивидуализации образования через построение образовательной траектории для детей, испытывающих трудности в образовательном процессе или имеющих особые образовательные потребности.

Педагогическая диагностика проводится методами наблюдения, беседы, продукты детской деятельности, специальные диагностические ситуации, организуемые воспитателями во всех возрастных группах – таблицы педагогической диагностики заполняются **2 раза в год – в начале и в конце учебного года (сентябрь и апрель)**. В первом случае диагностика помогает выявить наличный уровень деятельности, а во втором – наличие динамики ее развития. Важно, чтобы обследование проходило в атмосфере доброжелательности: ребенка следует поощрять, оказывать ему эмоциональную поддержку.

Выделенные показатели отражают основные моменты развития дошкольников, те характеристики, которые складываются и развиваются в дошкольном детстве и обуславливают успешность перехода ребенка на следующий возрастной этап.

При проведении мониторинга используются пособия Верещагиной Н. В., разработанные с целью оптимизации образовательного процесса. Используются общепринятые критерии развития детей определенного возраста и уровневый подход к оценке достижений ребенка по принципу: чем ниже балл, тем больше проблем в развитии ребенка или организации педагогического процесса в группе детей.

Оценка педагогического процесса связана с овладением каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательным областям:

- 1 балл – ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;
- 2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;
- 3 балла – ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;
- 4 балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;
- 5 баллов – ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно.

Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год – в начале и в конце учебного года, для проведения сравнительного анализа.

Двухступенчатая система мониторинга позволяет оперативно находить неточности в построении педагогического процесса в группе и выделять детей с проблемами в развитии. Это позволяет своевременно разрабатывать для детей индивидуальные образовательные маршруты и оперативно осуществлять психолого-методическую поддержку педагогов. Нормативными вариантами развития можно считать средние значения по каждому ребенку или общегрупповому параметру развития больше 3,8. Эти же параметры в интервале от 2,3 до 3,7 можно считать показателями проблем в развитии ребенка социального и/или органического генеза, а также незначительные трудности организации педагогического процесса в группе. Средние значения менее 2,2 будут свидетельствовать о выраженном несоответствии развитию ребенка возрасту, а также корректировки педагогического процесса в группе по данному параметру/данной образовательной области.

Наличие математической обработки результатов педагогической диагностики образовательного процесса оптимизирует хранение и сравнение результатов каждого ребенка и позволяет своевременно оптимизировать педагогический процесс в группе детей детского сада. Инструментарий педагогической диагностики представляет собой описание тех проблемных ситуаций, вопросов, поручений, ситуаций наблюдения, которые используется для определения уровня сформированности у ребёнка того или иного параметра оценки. Каждый

параметр педагогической оценки может быть диагностирован несколькими методами с тем, чтобы достичь определенной точности. Также одна проблемная ситуация может быть направлена на оценку нескольких параметров, в том числе из разных образовательных областей.

Основные диагностические методы педагога: наблюдение, проблемная (диагностическая) ситуация; беседа. Формы проведения педагогической диагностики: индивидуальная, подгрупповая, групповая.

Образовательная область «Физическое развитие» 3 – 5 лет

| № пп | ФИО ребенка | Знает о значении для здоровья утренней гимнастики, закаливания, соблюдения режима дня | | Соблюдает элементарные правила личной гигиены, опрятности | | Умеет самостоятельно одеваться и раздеваться, убирает одежду и обувь в шкафчик | | Ловит мяч с расстояния. метает мяч разными способами правой и левой руками, отбивает об пол | | Строится по заданию взрослого в шеренгу, в колонну по одному, парами, в круг | | Определяет положение предметов в пространстве, умеет двигаться в нужном направлении, находит правую и левую руки | | Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение) | |
|--|----------------|---|---|---|---|--|---|---|---|--|---|--|---|---|---|
| | | IX | V | IX | V | IX | V | IX | V | IX | V | IX | V | IX | V |
| 1 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Итоговый показатель по группе (среднее значение) | | | | | | | | | | | | | | | |

Образовательная область «Физическое развитие» 5-7 лет

| № пп | ФИО ребенка | Знает о важных и вредных факторах для здоровья, о значении для здоровья утренней гимнастики, закаливания, соблюдения режима дня | | Соблюдает элементарные правила личной гигиены, самообслуживания, опрятности | | Умеет быстро и аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдает порядок в шкафчике | | Умеет лазать по гимнастической стенке, прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через скакалку | | Умеет перестирываться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться, выполнять повороты в колонне | | Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, отбивает и ловит мяч | | Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение) | |
|---------|----------------|---|---|---|---|--|---|---|---|--|---|--|---|---|---|
| | | IX | V | IX | V | IX | V | IX | V | IX | V | IX | V | IX | V |
| | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 1 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Итоговый показатель по группе (среднее значение) | | | | | | | | | | | | | | | |

Оценочные материалы.

Оценивание качества освоения содержания образовательной программы осуществляется путем определения степени проявления достижений во всех направлениях развития дошкольников.

Изучение результативности работы педагогов строится на основе:

1. Входной (при приеме ребенка в группу детского сада, в конце определенного адаптационного периода) и итоговой педагогической диагностики развития и актуального состояния каждого воспитанника;
2. Текущей медико-социальной и психолого-педагогической диагностики развития ребенка, позволяющей комплексно увидеть динамику его образовательных достижений;
3. Итоговой психолого-педагогической диагностики изучения готовности ребенка к следующей ступени образования.

Диагностика промежуточных результатов освоения программы проводится по разработанным листам оценки, соответствующим возрастным периодам. Итоговые результаты освоения Программы реализуются через заполнение Карты развития ребенка 6-7 лет. В ней заданы показатели, характеризующие наиболее существенные стороны развития, значимые и с точки зрения готовности ребенка к школьному обучению.

Если тот или иной показатель сформирован у ребенка и соответственно наблюдается в его деятельности, воспитатель ставит показатель «всегда, часто».

Если тот или иной показатель находится в состоянии становления, проявляется неустойчиво, ставится показатель «иногда». Эти показатели отражают состояние нормы развития и освоения Программы, и проведения дальнейшей специальной диагностической работы по высокоформализованным методикам не требуется.

Если тот или иной показатель не проявляется в деятельности ребенка (ни в совместной со взрослыми, ни в самостоятельной деятельности), возможно создание специальных ситуаций, провоцирующих его проявление (воспитатель может предложить соответствующее задание, попросить ребенка что-либо сделать и т.д.). Если же указанный показатель не проявляется ни в одной из ситуаций, ставится «редко».

Результаты диагностики к концу каждого психологического возраста интерпретируются следующим образом.

Преобладание показателей «всегда, часто» свидетельствует об успешном освоении детьми требований образовательной программы.

Если по каким-то направлениям преобладают показатели «иногда», следует усилить индивидуальную педагогическую работу с ребенком по данным направлениям с учетом выявленных проблем в текущем и следующем учебном году, а также взаимодействие с семьей по реализации образовательной программы.

Если по каким-то направлениям присутствуют показатели «редко», процесс диагностики переходит на второй уровень, предполагающий проведение комплексного психологического диагностического обследования. На этом этапе диагностика опирается не только на низко-, но и на высокоформализованные методы оценки развития ребенка, которая проводится педагогом-психологом, учителем-логопедом. По результатам этой оценки составляются индивидуальные программы и рекомендации по педагогической и психологической коррекции развития ребенка.

Итоговые результаты заполняются в Карте развития ребенка 6-7 лет. Предполагается применение различных методов оценки: наблюдение за детьми, изучение продуктов их деятельности (рисунков, аппликаций), несложные эксперименты (в виде отдельных поручений ребенку, проведения дидактических игр, предложения небольших заданий), беседы и т.д. Карта заполняется в конце последнего года пребывания в детском саду перед его поступлением в ш