

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ»

РЕКОМЕНДОВАНО
Научно-методическим советом
ГБОУ ДО РМЭ «ДТДиМ»
Протокол №3
от «14» июля 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБОУ ДО РМЭ «ДТДиМ»
И.А. Дервянко
Приказ №40
от «17» июля 2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«СПОРТИВНЫЙ ОСТРОВОК»**

ID программы: 6643
Направленность программы: *физкультурно-спортивная*
Категория и возраст обучающихся: 5–7 лет
Срок освоения программы: 1 год
Объем часов: 144

Разработчик программы:
Пахмутова Светлана Владимировна,
педагог дополнительного образования
ГБОУ ДО РМЭ «ДТДиМ»

город Йошкар-Ола
2023 год

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования.	3
1.1. Пояснительная записка.	3- 5
1.2. Цели и задачи программы.	5-6
1.3. Объем программы.	7
1.4. Содержание программы.	7-30
1.5. Планируемые результаты.	30-31
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.	31
2.1. Учебный план.	31-34
2.2. Календарный учебный график.	35-43
2.3. Условия реализации программы.	44-46
2.4. Формы и порядок текущего контроля и промежуточной аттестации.	46-47
2.5. Оценочные материалы.	47-52
2.6. Методические материалы.	53-56
2.7. Иные компоненты. Общая характеристика программы воспитания	57-63
2.8. Список литературы	64-68

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивный островок» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность программы. Современные статистические данные свидетельствуют о ежегодном снижении уровня физического и психоэмоционального здоровья детей дошкольного возраста (Т.Э. Токаева).

Основными причинами, оказывающими негативное влияние на здоровье дошкольника, являются увеличение умственной нагрузки и уменьшение возможности для двигательного и эмоционального отдыха. Немаловажным является также низкий уровень знаний родителей о ребенке, его интересах, потребностях и возможностях. В Концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, отводится ведущее место. Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных стратегических задач развития страны.

Программа разработана на основании следующих нормативных документов:

- 1) Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 2) Постановление Правительства Российской Федерации от 18 сентября 2020 г. №1490 «О лицензировании образовательной деятельности»;
- 3) Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- 4) Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

5) Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

6) Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Принципы организации образовательной деятельности:

1) принцип индивидуализации. Занятия должны строиться в зависимости от психического, интеллектуального уровня развития ребенка, учитываться интересы, склонности ребенка, темп, уровень сложности определяться для каждого ребенка.

2) принцип развивающего обучения. Педагогу необходимо знать уровень развития каждого ребенка, определять зону ближайшего развития.

3) принцип воспитывающего обучения. В процессе занятий не только даются знания, но и воспитываются волевые, нравственные качества, формируются нормы общения.

4) принцип систематичности и последовательности обучения позволяет устанавливать взаимосвязи между полученными знаниями, переходить от простого к сложному, от близкого к далекому, от конкретного к абстрактному, возвращаться к ранее исследуемым проблемам с новых позиций.

5) принцип доступности. Содержание знаний, методы и приемы должны соответствовать возрасту, уровню развития, подготовки, интересам детей.

Отличительные особенности программы заключаются в следующем:

1) наряду с традиционной формой проведения занятий используются сюжетно-игровые, образно-игровые формы организации занятий, занятия по сказке, занятия эстафеты, занятия с элементами аэробики, круговая тренировка.

2) в содержание занятий включены упражнения для профилактики плоскостопия, для развития дыхания.

3) для проведения занятий по сказке, сюжетно-игровых занятий использованы детские сказки К.И. Чуковского, Э.Н. Успенского. Р.Д. Киплинга.

Адресат программы. Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Спортивный островок» выстраивается с учётом возрастных психофизиологических особенностей обучающихся от 5 до 7 лет. Принцип набора свободный.

Срок освоения программы: 1 год.

Форма обучения: очная.

Уровень программы: ознакомительный.

Формы проведения занятия

Основной формой обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе « Спортивный островок» являются занятия. На занятиях используются групповая, индивидуальная и парная форма работы.

Особенности организации образовательного процесса. Занятия строятся в занимательной, игровой форме. В структуру занятий входят упражнения, подвижные игры, эстафеты, элементы аэробики, круговая тренировка. Программа реализуется в очной форме. Организационная форма обучения по программе групповая, разновозрастная.

Режим занятий. Занятия проводятся два раза в неделю по 2 занятия в один день. Длительность одного занятия 30 мин.

Группы: Непоседы

1.2. Цель и задачи программы.

Цель. Создание условий для развития у обучающихся двигательных умений и навыков, формирование мотивации обучающихся к здоровому образу жизни через активизацию двигательной активности.

Задачи.

Образовательные:

- 1) формирование ценностного отношения у обучающихся к своему здоровью;
- 2) обучение обучающихся оказанию посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательному и уважительному отношению при объяснении ошибок и способов их устранения;
- 3) обучение обучающихся правилам подвижных игр и взаимодействию с другими обучающимися во время проведения подвижных игр и соревнований;
- 4) обучение обучающихся выполнению последовательности действий в соответствии с речевой инструкцией и намеченным планом.

Развивающие:

- 1) содействие у обучающихся укреплению и сохранению психического и физического здоровья детей, полноценного их развития;
- 2) укрепление дыхательной и опорно-двигательных систем у обучающихся;
- 3) развитие у обучающихся основных двигательных качеств: сила, выносливость, быстрота, гибкость, координационные способности.
- 4) развитие у обучающихся двигательных умений и навыков: умения выполнять действия, требующие ориентировки в пространстве тела; умения ориентировать локомоторные действия во внешнем пространстве; умения выполнять точные, «прицельные» действия в пространственном поле с предметами; умения поддерживать и произвольно регулировать тонус мускулатуры; «тонкой моторики» манипулятивных действий;
- 5) развитие у обучающихся осознанности выполнения физических упражнений.

Воспитательные:

- 1) воспитывать у обучающихся потребность в ежедневных занятиях физическими упражнениями;
- 2) умению анализировать свои действия и действия других обучающихся;
- 3) привитие интереса обучающихся к занятиям в Центре творческой ориентации дошкольников «Цветик – Семицветик»;

- 4) воспитание у обучающихся дисциплинированности;
- 5) воспитание у обучающихся творческой активности;
- 6) формирование способности у обучающихся конструктивно действовать в ситуациях неуспеха.

1.3. Объем программы

Общее количество учебных часов - **144** часа.

1.4. Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Теоретическая часть. Правила поведения в спортивном зале во время занятий. Правила подвижных игр.

Практическая часть.

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба обычная, на носках.
3. Упражнения в беге: бег обычный, с остановкой по сигналу.
4. Упражнение на координацию движений: перешагивание группами через малые конусы.
5. Упражнения в прыжках: прыжки из обруча в обруч.
6. Упражнения в метании: броски мяча в горизонтальную цель.
7. Упражнения в ползании: ползание на четвереньках, ползание через туннель.
8. Подвижные игры: «Ищу клад».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 2. Контрольно-проверочное занятие «Время рекордов»

Теоретическая часть. Правила и техника выполнения тестовых заданий.

Практическая часть.

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба обычная, на носках.
3. Упражнения в беге: бег обычный, с остановкой по сигналу.
4. Выполнение тестовых заданий.

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия. Выполнение тестовых заданий.

Тема 3. Занятие традиционной структуры «Тропа доверия»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Обучение броску в движущуюся горизонтальную цель.

Практическая часть.

1. Строевые упражнения: построение в 2 колонны.
2. Упражнения в ходьбе: спиной вперед, держась за канат.
3. Упражнения в беге: бег в разном темпе.
4. Упражнение на координацию движений: перешагивание группами из обруча в обруч.
5. Упражнения в прыжках: прыжки в длину с места.
6. Упражнения в метании: броски мяча в движущуюся горизонтальную цель.
7. Упражнения в ползании: ползание на четвереньках, ползание через туннель.
8. Подвижные игры: «Выше ноги от земли».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 4. Занятие с элементами аэробики «Я леплю из пластилина»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр.

Практическая часть.

1. Построение по разметке.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба на месте с высоким подниманием бедра.
3. Упражнения в беге: бег на месте в медленном темпе, бег на носках.
4. Комплекс аэробики.
5. Подвижные игры: «День-ночь», «Мяч по кругу».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 5. Занятие-эстафета «Подводное царство»

Теоретическая часть. Правила проведения эстафет.

Практическая часть.

1. Упражнения в ходьбе: ходьба обычная, ходьба на месте, ходьба с поворотом на 360°.
2. Упражнения в беге: бег на носках вокруг коврика, бег на месте в среднем темпе.
3. Комплекс ритмической гимнастики на умение регулировать тонус мышц лица, груди, спины, живота, верхних и нижних конечностей.
4. Эстафеты с мячом.

1-й этап- пробежать от старта до финиша, подбрасывая мяч, а обратно идти и отбивать мяч о землю рукой.

2-й этап - пробежать от старта до финиша и обратно, перебрасывая из руки в руку маленький мяч над головой. Кто быстрее?

3-й этап - добежать до финиша и, взяв на нем два больших мяча, добежать с ними от финиша до старта.

4-й этап - зажав мячик между коленками, идти от старта до финиша подобно забавным пингвинчикам. От финиша до старта взять мячик в руки, добежать и отдать мячик следующему участнику команды. Чья команда быстрее справится с этим заданием, та и будет являться победительницей.

5-й этап - бежать от старта до финиша, футбольный мячик ногой, при этом змейкой обегать расставленные по пути следования кегли. Также бежать обратно.

6-й этап - добежать от старта до финиша и точным броском постараться забросить мяч в установленную на финише корзину. Затем добежать до старта и передать мяч следующему игроку.

7-й этап - довести от старта до финиша большой детский грузовик, наполненный доверху разноцветными маленькими мячиками. На финише выгрузить содержимое из кузова в специальную коробочку, добежать обратно до старта, передать грузовичок следующему участнику команды. Следующий участник бежит до финиша и загружает кузов мячиками, едет с этим грузом к старту и передает следующему игроку. Игрок везет грузовик к финишу, выгружает и т. д.

8-й этап - бежать от старта до финиша с маленьким ярким мячиком, положенным на бадминтонную ракетку. Следить за тем, чтобы мячик не упал по пути

следования. На финише взять реквизит в руки, добежать до старта и передать следующему игроку.

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 6. Образно-игровое занятие «Деревня драконов»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Техника выполнения прыжков через гимнастическую скамейку вправо-влево, с упором на руки.

Практическая часть.

1. Построение в шеренгу, в колонну.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба обычная, ходьба на полусогнутых, ходьба спиной вперед.
3. Упражнения в беге: бег обычный, бег семенящий, бег в быстром и медленном темпе.
4. ОРУ без предметов.
5. Упражнения на равновесие: ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом лицом вперед.
6. Упражнения в прыжках: прыжки из глубокого приседа, прыжки через гимнастическую скамейку вправо-влево, с упором на руки.
7. Упражнения в метании: броски мяча в парах – и.п.: стоя на коленях.
8. Подвижная игра: «Голова Дракона».
9. Гимнастические упражнения: группировка – и.п.: лежа, руки в стороны, ноги врозь.

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 7. Занятие традиционной структуры «Куклы-муклы»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Техника выполнения стойки на лопатках.

Практическая часть.

1. Построение в колонну.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба на прямых ногах, с махом прямой ноги, ходьба «Чарли Чаплин».
3. Упражнения в беге: легкий бег на носках, бег с лентами.

4. ОРУ без предметов.
5. Упражнения на равновесие (ходьба по канату приставными шагами правым и левым боком).
6. Упражнения в прыжках (на месте с поворотом на 180° через правое и левое плечо).
7. Подвижная игра: «Куклы-муклы».
8. Гимнастические упражнения (перекаты – и.п.: лежа, руки вытянуты за головой, стойка на лопатках).

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 6. Занятие-эстафета: «На необитаемом острове»

Теоретическая часть. Правила проведения эстафет.

Практическая часть.

1. Построение в шеренгу, перестроение в колонну парами.
2. Упражнения в ходьбе (ходьба обычная, ходьба с высоким подниманием бедра).
3. Упражнения в беге (бег змейкой, семенящий, бег с ускорением).
4. ОРУ с гимнастическими палками.
5. Эстафета с обручами.

1-ый этап. На дорожке проводятся две линии на расстоянии 20 - 25 м одна от другой. Каждый игрок должен прокатить обруч от первой до второй линии, вернуться обратно и передать обруч своему товарищу. Выигрывает та команда, которая раньше завершит эстафету.

2-ой этап. Встречная эстафета с обручем и скакалкой. Команды строятся как на встречной эстафеты. У направляющего первой подгруппы - гимнастический обруч, а у направляющего второй подгруппы - скакалка. По сигналу игрок с обручем устремляется вперед, прыгая через обруч (как через скакалку). Как только игрок с обручем пересечет линию старта противоположной колонны, стартует игрок со скакалкой, который продвигается вперед, прыгая через скакалку. Каждый участник после выполнения задания передает инвентарь

очередному игроку в колонне. Так продолжается до тех пор, пока участники не выполнят задание и не поменяются местами в колоннах. Пробежки запрещены.

3-ий этап. Гонка обручей. Играющие делятся на равные команды и строятся в шеренги вдоль боковых линий площадки. На правом фланге каждой команды стоит капитан; на него надето 10 гимнастических обручей. По сигналу капитан снимает с себя первый обруч и передает его через себя сверху вниз или наоборот и передает очередному игроку. В это же время капитан снимает с себя второй обруч и передает его соседу, который, выполнив задание, передает обруч дальше. Таким образом, каждый игрок, передав обруч соседу, тут же получает новый обруч. Замыкающий игрок в шеренге надевает все обручи на себя. Команда, игроки которой быстрее выполнят задание, получает выигрышное очко. Выигрывает команда, игроки которой дважды выигрывают.

4-ый этап «Игольное ушко». Вдоль линии эстафеты на земле лежат 2 обруча. Стартуя, первый должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя. Затем со следующим обручем также. И так же на обратном пути.

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 9. Сюжетно-игровое занятие «В мире животных»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Техника выполнения многоскоков.

Практическая часть.

1. Построение в три колонны.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба на носках, ходьба на внешнем своде стопы, ходьба на пятках, ходьба спиной вперед.
3. Упражнения в беге: бег врассыпную, бег обычный, бег с остановкой по сигналу, бег змейкой.
4. ОРУ с имитацией движений животных.
5. Упражнения на равновесие: ходьба и бег по наклонной доске.
6. Упражнения в прыжках: многоскоки, перепрыгивание на предметы с места (10-20-30 см.).
7. Упражнения в метании: перекидывание мяча в заданную цель.

8. Упражнения в ползании: ползание по гимнастической скамейке, на животе, подтягиваясь руками на четвереньках.

9. Подвижная игра с обручем «Поймай зайца».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 10. Сюжетно-игровое занятие «Игростан»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Техника выполнения ползания «Каракатица».

Практическая часть.

1. Построение в четыре колонны.

2. Упражнения в ходьбе: ходьба обычная, ходьба гимнастическим шагом.

3. Упражнения в беге: бег обычный: бег в среднем и быстром темпе.

4. ОРУ без предметов.

5. Упражнения в прыжках: прыжки в длину с места, прыжки через канат влево-вправо, продвигаясь вперед.

6. Упражнения в ползании: «Каракатица».

7. Подвижные игры: «Лапоть, соломинка, пузырь», «Ищу клад».

8. Упражнения на координацию: собирание мелких предметов и складывание из них контуров предметов.

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 11. Занятие по сказке «Краденое солнце»

Теоретическая часть. Беседа по сюжету сказки «Краденое солнце». Правила подвижных игр.

Практическая часть.

1. Построение в колонну.

2. Повороты направо, налево, кругом.

3. Упражнения в ходьбе: ходьба обычная, на пятках, ходьба на внешнем своде стопы, ходьба на четвереньках.

4. Упражнения в беге: бег на носках, бег с захлестом голени назад, бег с мячом, с перехватом мяча из руки в руку по сигналу.

5. ОРУ с мячом.

6. Упражнения на равновесие (ходьба по гимнастической скамейке боком приставными шагами, ходьба по брусу на носках, руки в стороны).
7. Упражнения в прыжках (прыжки стоя лицом к скамейке, выпрыгивание с ноги на ногу, смена ног над скамейкой, прыжки с зажатым между ног мячом).
8. Упражнения в метании (броски мешочка с песком из-за головы на дальность, броски мяча вверх и ловля его после отскока от пола).
9. Подвижная игра: «Краденое солнце».
10. Гимнастические упражнения («Лодочка», перекувырки на спине в группировке вперед-назад, кувырок вперед).

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 12. Тематическое занятие «Доктор Айболит»

Теоретическая часть. Беседа о героях сказки Айболит». Правила подвижных игр.

Практическая часть.

1. Построение в шеренгу.
2. Повороты направо, налево, кругом, движение, перестроение в три колонны.
3. Упражнения в ходьбе: ходьба обычная, по сигналу смена направления движения, ходьба по ребристой доске, ходьба по разметке, ходьба с закрытыми глазами.
4. Упражнения в беге: бег обычный, бег с «подныриванием» под преграды, бег с заданием для рук.
5. ОРУ с гимнастическими палками.
6. Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия.
7. Дыхательное упражнение «Насос»
8. Упражнения на равновесие: ходьба по канату приставными шагами правым и левым боком; ходьба и бег по наклонной доске.
9. Упражнения в лазании: лазание, пролезание через обруч правым и левым боком, ползание на спине и животе по гимнастической скамейке; пролезание под дугой гимнастической горке с разворотом на вершине.

10. Упражнения с мячом: ведение мяча ногой между предметами, передача мяча в колонне над головой.
11. Упражнения в прыжках: прыжки по разметке через серию предметов различной высоты с места.
12. Подвижные игры: «У пиратов в плену», «Убеги от Бармалея», «Беги туда, не знаю куда».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 13. Образно-игровое занятие «Инопланетяне»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Объяснение перестроения из одного в два круга.

Практическая часть.

1. Перестроение в круг, два круга.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба на носках, ходьба на пятках; левая нога – на носок, правая - с пятки, и наоборот (по 4 шага); ходьба перекатом с пятки на носок; ходьба между предметами.
3. Упражнения в беге: бег на носках, бег с выбросом прямых ног вперед; бег враспынную; бег со сменой направления движения по сигналу; бег спиной вперед.
4. ОРУ с кеглями.
5. Упражнения на равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы; поднимая прямую ногу вперед, делая хлопок под ней.
6. Упражнения в прыжках: стоя боком к гимнастической скамейке, правая нога на скамье - выпрыгивание вверх со сменой ног над скамейкой без продвижения вперед.
7. Упражнения с мячом: перебрасывание мяча в парах из-за головы из и.п. – сед, ноги врозь; и.п. – сед на пятках, и.п. – стоя на коленях; ловля мяча после отскока от стены и поворота на 360°.
8. Упражнения в ползании и лазании: ползание на гимнастической скамейке на высоких и низких четвереньках спиной вперед.

9. Подвижные игры: «Инопланетяне и земляне», «Лунатики», «Луноходы»
10. Гимнастические упражнения (стойка на лопатках, перебаты в группировке с боку на бок).
11. Комплекс упражнений на осанку.

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 14. Контрольно-проверочное занятие «Богатырские игрища»

Теоретическая часть. Правила и техника выполнения тестовых заданий.

Практическая часть.

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба обычная, на носках.
3. Упражнения в беге: бег обычный, с остановкой по сигналу.
4. Выполнение тестовых заданий.

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия. Выполнение тестовых заданий.

Тема 15. Образно-игровое занятие «Планета обезьян»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Правила проведения эстафеты.

Практическая часть.

1. Построение в шеренгу по указанию места в зале.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба с заданиями (с наклоном, с поворотами, с выпадами).
3. Упражнения в беге: бег врассыпную бег, в колонне, бег с выпрыгиванием вверх до предмета; бег через серию подвешенных раскачивающихся предметов.
4. ОРУ без предметов.
5. Гимнастические упражнения: группировка из и.п. – лежа на спине; кувырки вперед из и.п. – упор-присев.
6. Упражнения на равновесие: ходьба по гимнастическому брусу с передачей предмета из рук в руки под согнутой поднятой ногой; ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом на 180°.

7. Упражнения в прыжках: прыжки с места через раскачивающийся канат; прыжки, стоя боком к скамейке, правая нога на скамье, прыжки со сменой ног над скамейкой, продвигаясь вперед.

8. Упражнения в метании: метание мешочка из-за головы на дальность; броски и ловля мяча после выполнения задания для рук (хлопки, вращения и др.).

9. Упражнения в лазании: лазание по шведской стенке вверх, вниз; «уголок» с полусогнутыми ногами на шведской стенке; вис на кольцах; пролезание через большой подвешенный обруч.

10. Беговая линейная эстафета «За бананами».

11. Подвижные игры: «Пальма, камень, ручеек», «Забавы обезьянок».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 16. Занятие с элементами аэробики «Сказочный лес»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Беседа о сказочных персонажах.

Практическая часть.

1. Построение в шеренгу.

2. Строевые упражнения: размыкание и смыкание приставным шагом

3. по указанию количества детей в любом месте зала.

4. Игра на внимание «По местам».

5. Упражнения в ходьбе: ходьба изменением темпа, ходьба парами, ходьба с перестроением в колонну, ходьба с кеглями, ходьба в шеренге с одной стороны зала на другую.

6. Упражнения в беге: бег галопом, бег приставным шагом, бег через катящийся обруч, бег, имитирующий животных.

7. Аэробика.

8. Упражнения на равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 180° (2 раза); перешагивание через предметы; «ласточка» на гимнастической скамейке.

9. Упражнения в прыжках: спрыгивание с высоты 40 см на точность приземления; прыжки боком через канат с продвижением вперед.
10. Упражнения с обручем: вращение обруча на правой и левой руке, прокатывание обручами между предметами на дальность; броски и ловля обруча в парах.
11. Упражнения в лазании (лазание по шведской стенке по диагонали).
12. Подвижные игры: «Кот в сапогах», «Карабас Барабас», «Конек - Горбунок», «Вызываем сказочных героев».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 17. Занятие по сказке «Маугли»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Беседа характерах героев сказки «Маугли».

Практическая часть.

1. Перестроение из одной шеренги в две.
2. Повороты направо, налево, кругом.
3. Упражнения в ходьбе: ходьба обычная, ходьба выпадами вперед, назад, ходьба на полусогнутых, ходьба на высоких четвереньках.
4. Упражнения в беге: бег обычный, бег с остановкой по сигналу, бег змейкой, бег с преодолением препятствий, бег с выпрыгиванием вверх, бег с вращением рук.
5. ОРУ без предметов.
6. Упражнения на равновесие: бег по наклонной скамье, ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу с поворотом на 180° при встрече, разойтись по местам.
7. Упражнения в прыжках: прыжки на месте через скакалку, вращая ее вперед, назад, с продвижением вперед.
8. Упражнения с обручем: подбрасывание и ловля обруча из одной руки в другую, вращение обруча на полу с выполнением задания.
9. Упражнения в ползании и лазании: ползание по-пластунски, на четвереньках, лазание по веревочной лестнице.

10. Подвижные игры: «Шерхан на охоте», «За кокосовым орехом», «Каа».
11. Гимнастические упражнения: «Березка», «Дубок».
12. Дыхательное упражнение «Ёжик».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 18. Занятие по сказке «Муха – Цокотуха»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Беседа о сюжете сказки «Муха-Цокотуха».

Практическая часть.

1. Перестроение в два круга, в две шеренги.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба на носках, ходьба на пятках, ходьба на внешнем своде стопы, ходьба с высоким подниманием бедра, ходьба на полусогнутых, ходьба с заданием, ходьба на высоких четвереньках.
3. Упражнения в беге: бег по разметке, бег по ограниченной поверхности, бег в рассыпную.
4. ОРУ с мячом.
5. Упражнения на равновесие: ходьба по гимнастическому буму, перешагивание через серию препятствий.
6. Упражнения в прыжках: прыжки с зажатой между ногами кеглей.
7. Упражнения в метании: набрасывание колец, броски и ловля мяча вверх (20 раз).
8. Упражнения в ползании: ползание на животе по гимнастической скамейке, пролезание через туннель, пролезание через обруч, ползание по-пластунски.
9. Подвижные игры: «Поймай паука», «Насекомые».
10. Комплекс ЛФК для профилактики плоскостопия.

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 19. Образно-игровое занятие «Антарктида»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр.

Практическая часть.

1. Построение в шеренгу, колону, по разметке.

2. Упражнения в ходьбе: ходьба с маленькими мячами с заданием, ходьба с высоким подниманием колена, ходьба в I и II позиции.
3. Упражнения в беге: бег в два круга навстречу друг другу, бег с препятствиями.
4. ОРУ без предметов.
5. Упражнения на равновесие: ходьба по наклонной доске, ходьба по гимнастической скамейке с мячиком в руке с выполнением заданий.
6. Упражнения в прыжках: прыжки по разметке, с прыжки зажатом между ног предметом; соскоки с тумбы высотой 40 см; спрыгивание с гимнастической скамейки с быстрым отскоком от места приземления.
7. Упражнения с мячом: броски мяча в парах из разных и.п., по движущейся цели.
8. Упражнения в ползании: ползание по гимнастической горке, спускаясь головой вниз и проползая на руках по полу 1 м.
9. Подвижная игра: «Баклан и пингвины».
10. Комплекс ЛФК на осанку.

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 20. Занятие по сказке «Федорино горе»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Беседа о сюжете и героях сказки «Федорино горе».

Практическая часть.

1. Перестроение в 2-3 колонны через середину.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба на полусогнутых ногах, ходьба пружинистым шагом; ходьба правая – с носка, левая – с пятки (по 4 шага) и наоборот.
3. Упражнения в беге: бег с остановкой по сигналу, бег парами, бег с обручем: по сигналу надеть обруч на себя.
4. ОРУ с кеглями.
5. Упражнения в прыжках: прыжки в длину с места, многоскоки, прыжки через предметы разной высоты (10-20-30 см).

6. Упражнения с мячом: отбивание мяча на месте и в движении, с продвижением вперед, чередованием рук; отбивание мяча с разной высотой отскока.

7. Упражнения в ползании: подлезание под дугу в приседе.

8. Гимнастические упражнения: прокатывание в группировке правым и левым боком под гимнастической горкой.

9. Подвижные игры: «Собери посуду» «Федора и блюда».

10. Дыхательное упражнение «Собачка».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 21. Семейный спортивный праздник «Военно-воздушные шарики»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Правила поведения в спортивном зале.

Практическая часть.

1. Построения в колонну, шеренгу.

2. Повороты.

3. Упражнения в ходьбе: ходьба обычная, ходьба в разном темпе, ходьба гимнастическим шагом.

4. Упражнения в беге: бег наперегонки, бег с преодолением препятствий, убежание от большого катящегося мяча, бег с подныриванием под канат.

5. Упражнения на координацию движения: собирание мелких предметов и выкладывание из них контуров.

6. Упражнения на равновесие: перешагивание через предметы разной высоты.

7. Упражнения в прыжках: прыжки длину с места.

8. Упражнения в метании: метание мешочков в горизонтальную движущуюся цель.

9. Упражнения в ползании: ползание по-пластунски, передвигая перед собой мяч.

10. Подвижная игра: «Разминирование».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 22. Занятие традиционной структуры «Мамины помощники»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Техника выполнения прыжков на гимнастической скамейке спрыгнуть – ноги врозь (скамейка между ног), запрыгнуть – ноги вместе с продвижением вперед.

Практическая часть.

1. Расчет на первый-второй.
2. Перестроение в две шеренги.
3. Упражнения в ходьбе: ходьба на высоких и низких четвереньках, чередуя змейку с ходьбой врассыпную; ходьба с остановкой по сигналу.
4. Упражнения в беге: бег обычный, бег семенящий, бег через предметы.
5. ОРУ с обручами.
6. Упражнения на равновесие: ходьба по гимнастическому буму, высоко поднимая колени; ходьба по гимнастической скамейке, с остановкой на середине и выполнением «Ласточки».
7. Упражнения в прыжках: многоскоки, прыжки на гимнастической скамейке: спрыгнуть – ноги врозь (скамейка между ног), запрыгнуть – ноги вместе с продвижением вперед.
8. Упражнения в метании: метание маленького мячика правой и левой рукой в цилиндры.
9. Упражнения в ползании: ползание по гимнастическому буму на животе, подтягиваясь руками.
10. Подвижные игры: «День – ночь», «Найди, где спрятано», «Генеральная уборка».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 23. Сюжетно-игровое занятие «На арене цирка»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр.

Практическая часть.

1. Построение по разметке с быстрым нахождением своего места; в круг, в два круга.

2. Упражнения в ходьбе: ходьба с обручем: перехватывая из руки в руку над головой, вокруг туловища, перешагивая через вращающийся обруч.
3. Упражнения в беге: бег обычный, бег с высоким подниманием бедра, бег галопом, бег, имитирующий цирковых животных.
4. ОРУ с палками.
5. Гимнастические упражнения: полушпагат.
6. Упражнения на равновесие: ходьба по брусу, с палкой в руке («Эквилибристы»).
7. Упражнения в прыжках: перепрыгивание через катящийся на ребенка обруч способом – ноги врозь, прыжки через вращающийся канат, прыжки верхом на мячах – фитболах.
8. Упражнения с обручем: вращение обруча на ноге; бросок и ловля мяча после двух хлопков в ладоши, элементы жонглирования.
9. Упражнения в ползании: ползание по-пластунски под шнуром; пролезание в обруч, не касаясь руками обруча и пола.
10. Подвижные игры: «Пони бегает по кругу», «Клоуны», «Дрессированные тигры».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 24. Занятие - эстафета «Большие гонки»

Теоретическая часть. Правила проведения эстафет.

Практическая часть.

1. Перестроение в две колонны в движении.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба обычная, ходьба гимнастическим шагом, ходьба правым и левым боком, ходьба скрестным шагом.
3. Упражнения в беге: бег по наклонной доске с кеглями в руке, бег через полосу препятствий (валик, коврик, горка, дуга), пробегающая через вращающийся канат, бег через серию подвешенных раскачивающихся предметов.
4. ОРУ без предметов.
5. Эстафета с использованием нестандартного оборудования.

1-й этап. «Снайпер». На расстоянии четырех метров от стартовой линии, подвешены три воздушных шара. Задача каждого участника, каждой подгруппы попасть по воздушному шару бумажным мячиком не заступая за стартовую линию.

2-ой этап. «Перемени предмет». Напротив каждой команды на расстоянии 20 см. лежат 2 предмета. Первый игрок берет первый предмет, кладет его перед вторым примерно на том же расстоянии, берет второй и возвращается в команду, передает второй предмет следующему игроку. Второй игрок кладет второй предмет перед первым, забирает первый и возвращается в команду и т. д., пока оба предмета не окажутся за финишной линией.

3-ий этап. «Переставь стакан». На полу, от старта до финиша, мелом нарисованы десять кругов и в завершении лежит обруч. В первом кругу стоят четыре пластиковых стакана. Первый участник подбегает к первому кругу берет один стакан и переставляет его во второй круг и т. д. пока все стаканы не будут стоять, во втором кругу. Второй участник переставляет стаканы из 2 круга в 3 и т.д., пока все стаканы не окажутся в обруче.

4-ый этап. «Меткий стрелок». На расстоянии трех метров, от стартовой прямой, находится картонная коробка. Задача каждого участника сделать три броска воздушным шаром так, чтобы он оказался в коробке.

5-ый этап. «Мураши». Каждой подгруппе, выдаются путы, для ног сделанные из шерстяных нитей. Длина пут, рассчитана так, что после надевания их на ноги расстояние между ногами не превышает пятнадцати см. (маленький шаг «муравьиный»). В таком положении каждый участник должен пройти от старта до финиша, маленькими шагами, с ракеткой в руках, на которой лежит теннисный мяч, не уронив мяч и не порвав путы.

6-ой этап. «Кто быстрее передаст полотенце?». По команде игроки начинают передавать развернутое полотенце, держа его за углы по ширине. Побеждает команда, игроки которой быстрее справятся с заданием.

7-ой этап. «Кузнечики». Кто быстрее из детей пропрыгает по координационной лестнице. Оценивается скорость и аккуратность детей в каждой команде.

8-ой этап. Эстафета «Бег с лошадками, зажатыми между ног». Каждый ребенок по очереди в команде зажимает лошадку между ног и скачет до финишной прямой, оббегает пенёчек и возвращается назад к старту. У линии старта передает эстафету следующему. Оценивается скорость и аккуратность детей в каждой

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 25. Занятие по сказке «Тараканище»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Беседа о героях сказки «Тараканище».

Практическая часть.

1. Построение по разметке.
2. Упражнения в ходьбе: перекаты с пятки на носок, ходьба имитирующая передвижение насекомых.
3. Упражнения в беге: бег семенящий, бег обычный, бег в медленном, бег среднем, бег быстром темпе.
4. ОРУ с обручами.
5. Комплекс ЛФК на осанку
6. Упражнения на равновесие: ходьба на высоких четвереньках по гимнастической скамейке; ходьба приставными шагами по лежащему на полу обручу.
7. Упражнения в прыжках: прыжки вверх из глубоко приседа, продвигаясь вперед.
8. Упражнения с мячом: ведение мяча руками между предметами.
9. Упражнения в ползании: «Каракатица»- на четвереньках; и.п. – сед ноги вместе, руки согнуты в локтях, продвижение на ягодицах вперед и назад).
10. Подвижная игра: «Храбрый воробей».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 26. Образно-игровое «Туристыта»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Беседа о туристах, туристическом оборудовании и принадлежностях. Техника завязывания узлов, пристегивания карабина.

Практическая часть.

1. Построение в колонну; перестроение в две колонны в движении; построение парами.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба обычная, на носках, ходьба на пятках, ходьба на внешнем своде стопы, ходьба с высоким подниманием бедра, ходьба согнувшись с пролезанием под препятствия.
3. Упражнения в беге: бег обычный, на носках, бег по разметке, бег в разных темпах, с бег прыжками с ноги на ногу, бег вправо-влево с продвижением вперед.
4. ОРУ с палками.
5. Упражнения для развития мелкой моторики: упражнение «Укладываем рюкзаки» с завязыванием узлов, упражнение «Альпинисты» с пристегиванием карабинов к страхующей веревке.
6. Упражнения на равновесие: ходьба по шишкам, по камушкам, по ребристой доске, ходьба на высоких четвереньках по наклонной доске; ходьба с перешагиванием через серию препятствий; ходьба по гимнастическому брусу (ширина 10-15 см), ходьба по канату боком приставными шагами.
7. Упражнения в прыжках: прыжки в длину с места, прыжки по «кочкам».
8. Упражнения в лазании и ползании: лазание по шведской стенке вверх-вниз, лазание по веревочной лестнице, ползание по-пластунски с рюкзаками на плечах, пролезание через туннель, ползание по гимнастической горке.
9. Подвижные игры: «Собери дрова для костра», «Установи палатку», «Выше ноги от земли», «Камнепад в горах».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 27. Занятие-круговая тренировка «Гномики»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр.

Практическая часть.

1. Самостоятельное построение в круг, в два круга.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба обычная; ходьба на пятках - согнувшись, на носках – прогнувшись (по 4 шага), ходьба с заданием для рук.
3. Упражнения в беге: бег обычный, парами, бег с остановкой и приседанием, бег с поворотом на 360°.
4. ОРУ без предметов.
5. Комплекс ЛФК на осанку.
6. Упражнения на равновесие: ходьба по гимнастическому буму на носках, приседая на одной ноге, другую прямую махом пронести с боку вперед.
7. Упражнения в прыжках: прыжки через скакалку на двух ногах, прыжки с ноги на ногу, прыжки на месте, с прыжки продвижением вперед.
8. Упражнения с обручем: прокатывание обруча на дальность.
9. Упражнения с мячом: броски мяча в катящийся обруч.
10. Упражнения в ползании: подлезание под дугой в группировке правым и левым боком; ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.
11. Подвижные игры: «Гномики и домики», «Молодец».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 28. Образно-игровое занятие «Индийские йоги»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Рассказ-беседа об индийских йогах, гимнастике йогов.

Практическая часть.

1. Построение на ковриках.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба на месте с поворотами направо, налево, кругом; ходьба на месте с высоким подниманием бедра.
3. Упражнения в беге: бег на месте в медленном, среднем и быстром темпе).
4. ОРУ с элементами хатха – йоги.
5. Упражнения в ползании: ползание на четвереньках с мешочком на спине в заданном направлении, на скорость.

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 29. Занятие по сказке «Простоквашино»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Беседа о героях сказки «Простоквашино».

Практическая часть.

6. Перестроение в четыре колонны через середину, расхождение парами направо и налево.
7. Упражнения в ходьбе: ходьба со сменой направления движения ходьба, врассыпную, ходьба обычная, ходьба на пятках.
8. Упражнения в беге: бег с ускорением, с остановкой на разметке.
9. ОРУ с кеглями.
10. Комплекс ЛФК на дыхание.
11. Упражнения на равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках, бег по наклонной доске с кеглями в руках.
12. Упражнения в прыжках: прыжки на одной ноге с продвижением вперед, прыжки через скакалку в парах, прыжки через гимнастический бум.
13. Упражнения с мячом: ведение мяча одной рукой по разметке; в колонне передача мяча друг другу над головой; в колонне – стойка ноги врозь - прокатывание мяча между ног через колону.
14. Упражнения в ползании: ползание на четвереньках с ведением большого мяча коленями.
15. Подвижные игры: «Караси и щука», «Пчелки и цветочки», «Курочки в курятнике».

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 30. Занятие традиционной структуры «Спортивная планета»

Теоретическая часть. Правила подвижных игр. Техника выполнения низкого и высокого старта. Правила проведения эстафет.

Практическая часть.

1. Построение в одну колонну, перестроение в две колонны в движении.
2. Упражнения в ходьбе: ходьба гимнастическим шагом.
3. Упражнения в беге: бег с низкого старта, бег с высокого старта, бег на перегонки.

4. ОРУ с мячами.
5. Дыхательная гимнастика.
6. Упражнения на равновесие: ходьба по гимнастической скамейке через вращающийся обруч; ходьба по гимнастическому брусу (ширина 10-15 см) с приседанием на середине и поворотом в приседе на 180° .
7. Упражнения в прыжках: прыжки в высоту с места, прыжки в высоту с разбега; прыжки в длину с места, прыжки в длину с разбега; многоскоки.
8. Упражнения с мячом: отбивание теннисного мяча ракеткой ведение малого мяча клюшкой.
9. Упражнения в метании: броски мяча через сетку; броски в баскетбольное кольцо от груди, из-за головы.
10. Упражнения на шведской стенке: вис на шведской стенке с подниманием ног на 90° и уголок с полусогнутыми ногами.
11. Подвижные игры: «Забей гол», «Изобрази спортсмена».
12. Эстафета со скакалками.

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Тема 31. Итоговое контрольно-проверочное занятие «Малые Олимпийские игры»

Теоретическая часть. Правила и техника выполнения тестовых заданий.

Практическая часть.

1. Построение в колонну, шеренгу.
2. Повороты налево – направо.
3. ОРУ без предметов в движении.
4. Выполнение тестовых заданий.

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Выполнение тестовых заданий.

Тема 32. Заключительное занятие

Теоретическая часть. Правила и техника выполнения тестовых заданий.

Практическая часть.

1. Построение в колонну, шеренгу.

2. Повороты налево – направо.
3. ОРУ без предметов в движении.
4. Упражнения для выполнения последовательности действий в соответствии с речевой инструкцией и намеченным планом: ребенку предлагается выполнить 3-4 знакомых действия по речевой инструкции, в непривычной последовательности; ребенку предлагается выполнить последовательность из 3-4 незнакомых действий по речевой инструкции; ребенку предлагается придумать последовательность действий («упражнение для других детей») и подробно рассказать, как их следует выполнять, а затем предложить показать, как такие действия следует выполнять.
5. Эстафета чемпионов. Награждение.

Форма контроля. Педагогическое наблюдение. Выполнение тестовых заданий.

1.5. Планируемые результаты

В результате обучения должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностные результаты обучающихся отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения данного курса, а именно:

- 1) овладение дисциплинированностью, творческой активностью;
- 2) осознание выполняемых действий (рассказать о выполняемом действии),
- 3) выполнение последовательности действий в соответствии с речевой инструкцией педагога и намеченным планом;
- 4) оказанию посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательному и уважительному отношению при объяснении ошибок и способов их устранения;

Метапредметные результаты обучающихся характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий учащихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности, и отражают:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности;
- 2) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации;
- 3) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать в ситуациях неуспеха;
- 4) продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) с другими обучающимися на занятиях.

Предметные результаты в ходе реализации программ отражают опыт обучающихся в физкультурной деятельности:

- 1) развитие физических способностей: силы, выносливости, быстроты, гибкости, координационных способностей;
- 2) развитие двигательных умений и навыков: умения выполнять действия, требующие ориентировки в пространстве тела; умения ориентировать локомоторные действия во внешнем пространстве, умения выполнять точные, «прицельные» действия в пространственном поле с предметами, умения поддерживать и произвольно регулировать тонус мускулатуры, развития «тонкой моторики» манипулятивных действий;
- 3) знание правил подвижных игр;
- 4) укрепление и сохранение психического и физического здоровья обучающихся;
- 5) укрепление дыхательной и опорно-двигательной систем.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Учебный план

№ п/ п	Наименование раздела, модуля, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/ текущего контроля
		Всего	в том числе		
			теорети- ческие занятия	практи- ческие занятия	
1	Вводное занятие.	2	0,5	1,5	Педагогическое

					наблюдение. Рефлексия.
2	Контрольно-проверочное занятие «Время рекордов».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия. Выполнение тестовых заданий.
3	Занятие традиционной структуры «Тропа доверия».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
4	Занятие с элементами аэробики «Я леплю из пластилина».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
5	Занятие-эстафета «Подводное царство».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
6	Образно-игровое занятие «Деревня драконов».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
7	Занятие традиционной структуры «Куклы-муклы».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
8	Занятие-эстафета «На необитаемом острове».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
9	Сюжетно-игровое занятие «В мире животных»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
10	Сюжетно-игровое занятие «Игростан».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
11	Занятие по сказке «Краденое солнце».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
12	Тематическое занятие «Доктор Айболит».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
13	Образно-игровое занятие «Инопланетяне».	8	1	7	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

14	Контрольно-проверочное занятие «Богатырские игрища».	8	1	7	Педагогическое наблюдение. Выполнение тестовых заданий.
15	Образно-игровое занятие «Планета обезьян».	8	1	7	Педагогическое наблюдение. Рефлексия
16	Занятие с элементами аэробики «Сказочный лес».	8	1	7	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
17	Занятие по сказке «Маугли».	8	1	7	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
18	Занятие по сказке «Муха – Цокотуха».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия
19	Образно-игровое занятие «Антарктида».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
20	Занятие по сказке «Федорино горе».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия
21	Семейный спортивный праздник «Военно-воздушные шарики».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
22	Занятие традиционной структуры «Мамины помощники».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
23	Сюжетно-игровое занятие «На арене цирка».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
24	Занятие - эстафета «Большие гонки».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия
25	Занятие по сказке «Тараканище».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
26	Образно-игровое занятие «Туристы».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
27	Занятие круговая	4	0,5	3,5	Педагогическое

	тренировка «Гномики».				наблюдение. Рефлексия.
28	Образно-игровое занятие «Индийские йоги».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
29	Занятие по сказке «Простоквашино».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
30	Занятие традиционной структуры «Спортивная планета».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
31	Итоговое контрольно- проверочное занятие «Малые Олимпийские игры».	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия. Выполнение тестовых заданий.
32	Заключительное занятие.	1	0,5	0,5	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
Итого:		144	18,5	125,5	

2.2. Календарный учебный график.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество академических часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	14	18.00-19.00	Вводное занятие.	2	Вводное занятие.	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
2	Сентябрь	16	17.00-18.00	Контрольно-проверочное занятие	2	Контрольно-проверочное занятие «Время рекордов».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия. Выполнение тестовых заданий.
3	Сентябрь	21	18.00-19.00	Контрольно-проверочное занятие	2	Контрольно-проверочное занятие «Время рекордов».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия. Тестирование.
4	Сентябрь	23	17.00-18.00	Занятие традиционной структуры	2	Занятие традиционной структуры «Тропа доверия».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
5	Сентябрь	28	18.00-19.00	Занятие традиционной структуры	2	Занятие традиционной структуры «Тропа доверия».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
6	Сентябрь	30	17.00-18.00	Занятие с элементами аэробики	2	Занятие с элементами аэробики «Я леплю из пластилина».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

7	Октябрь	05	18.00-19.00	Занятие с элементами аэробики	2	Занятие с элементами аэробики «Я леплю из пластилина».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
8	Октябрь	07	17.00-18.00	Занятие-эстафета	2	Занятие-эстафета «Подводное царство».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
9	Октябрь	12	18.00-19.00	Занятие-эстафета	2	Занятие-эстафета «Подводное царство».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
10	Октябрь	14	17.00-18.00	Образно-игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Деревня драконов».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
11	Октябрь	19	18.00-19.00	Образно-игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Деревня драконов».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
12	Октябрь	26	17.00-18.00	Занятие традиционной структуры	2	Занятие традиционной структуры «Куклы-муклы».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
13	Октябрь	26	18.00-19.00	Занятие традиционной структуры	2	Занятие традиционной структуры «Куклы-муклы».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
14	Октябрь	28	17.00-18.00	Занятие-эстафета	2	Занятие-эстафета «На необитаемом острове».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
15	Ноябрь	02	18.00-19.00	Занятие-эстафета	2	Занятие-эстафета «На необитаемом острове».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
16	Ноябрь	04	17.00-18.00	Сюжетно-игровое	2	Сюжетно-игровое занятие	105 кабинет	Педагогическое наблюдение.

				занятие		«В мире животных»		Рефлексия.
17	Ноябрь	09	18.00-19.00	Сюжетно-игровое занятие	2	Сюжетно-игровое занятие «В мире животных»	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
18	Ноябрь	11	17.00-18.00	Сюжетно-игровое занятие	2	Сюжетно-игровое занятие «Игростан».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
19	Ноябрь	16	18.00-19.00	Сюжетно-игровое занятие	2	Сюжетно-игровое занятие «Игростан».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
20	Ноябрь	18	17.00-18.00	Занятие по сказке	2	Занятие по сказке «Краденое солнце».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
21	Ноябрь	23	18.00-19.00	Занятие по сказке	2	Занятие по сказке «Краденое солнце».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
22	Ноябрь	25	17.00-18.00	Тематическое занятие	2	Тематическое занятие «Доктор Айболит».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
23	Ноябрь	30	18.00-19.00	Тематическое занятие	2	Тематическое занятие «Доктор Айболит».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
24	Декабрь	02	17.00-18.00	Образно-игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Инопланетяне».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
25	Декабрь	07	18.00-19.00	Образно-игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Инопланетяне».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

26	Декабрь	09	17.00-18.00	Образно-игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Инопланетяне».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
27	Декабрь	14	18.00-19.00	Образно-игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Инопланетяне».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
28	Декабрь	17	17.00-18.00	Контрольно-проверочное занятие	2	Контрольно-проверочное занятие «Богатырские игрища».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия. Выполнение тестовых заданий.
29	Декабрь	21	18.00-19.00	Контрольно-проверочное занятие	2	Контрольно-проверочное занятие «Богатырские игрища».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия. Выполнение тестовых заданий.
30	Декабрь	23	17.00-18.00	Контрольно-проверочное занятие	2	Контрольно-проверочное занятие «Богатырские игрища».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия. Выполнение тестовых заданий.
31	Декабрь	28	18.00-19.00	Контрольно-проверочное занятие	2	Контрольно-проверочное занятие «Богатырские игрища».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия. Выполнение тестовых

								заданий.
32	Декабрь	30	17.00-18.00	Образно-игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Планета обезьян».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
33	Январь	11	18.00-19.00	Образно-игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Планета обезьян».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
34	Январь	13	17.00-18.00	Образно-игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Планета обезьян».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
35	Январь	18	18.00-19.00	Образно-игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Планета обезьян».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
36	Январь	20	17.00-18.00	Занятие с элементами аэробики	2	Занятие с элементами аэробики «Сказочный лес».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
37	Январь	25	18.00-19.00	Занятие с элементами аэробики	2	Занятие с элементами аэробики «Сказочный лес».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
38	Февраль	01	17.00-18.00	Занятие с элементами аэробики	2	Занятие с элементами аэробики «Сказочный лес».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
39	Февраль	03	18.00-19.00	Занятие по сказке	2	Занятие по сказке «Маугли».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
40	Февраль	08	17.00-18.00	Занятие по сказке	2	Занятие по сказке «Маугли».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
41	Февраль	10	18.00-19.00	Занятие	2	Занятие по сказке	105	Педагогическое

				по сказке		«Маугли».	кабинет	наблюдение. Рефлексия.
42	Февраль	15	17.00-18.00	Занятие по сказке	2	Занятие по сказке «Маугли».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
43	Февраль	17	18.00-19.00	Занятие по сказке	2	Занятие по сказке «Муха – Цокотуха».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
44	Февраль	22	17.00-18.00	Занятие по сказке	2	Занятие по сказке «Муха – Цокотуха».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
45	Февраль	24	18.00-18.30	Образно-игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Антарктида».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
46	Март	01	17.00-18.00	Образно-игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Антарктида».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
47	Март	03	18.00-19.00	Занятие по сказке	2	Занятие по сказке «Федорино горе».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
48	Март	08	17.00-18.00	Занятие по сказке	2	Занятие по сказке «Федорино горе».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
49	Март	10	18.00-19.00	Семейный спортивный праздник	2	Семейный спортивный праздник «Военно-воздушные шарик».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
50	Март	15	17.00-18.00	Семейный спортивный праздник	2	Семейный спортивный праздник «Военно-воздушные шарик».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

51	Март	17	18.00-19.00	Занятие традиционной структуры	2	Занятие традиционной структуры «Мамины помощники».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
52	Март	22	17.00-18.00	Занятие традиционной структуры	2	Занятие традиционной структуры «Мамины помощники».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
53	Март	24	18.00-19.00	Сюжетно-игровое занятие	2	Сюжетно-игровое занятие «На арене цирка».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
54	Март	29	17.00-18.00	Сюжетно-игровое занятие	2	Сюжетно-игровое занятие «На арене цирка».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
55	Март	31	18.00-19.00	Занятие - эстафета	2	Занятие - эстафета «Большие гонки».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
56	Апрель	05	17.00-18.00	Занятие - эстафета	2	Занятие - эстафета «Большие гонки».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
57	Апрель	07	18.00-19.00	Занятие по сказке	2	Занятие по сказке «Тараканище».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
58	Апрель	12	17.00-18.00	Занятие по сказке	2	Занятие по сказке «Тараканище».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
59	Апрель	14	18.00-19.00	Образно-игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Туристы».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
60	Апрель	19	17.00-18.00	Образно-игровое	2	Образно-игровое занятие	105 кабинет	Педагогическое наблюдение.

				занятие		«Туристыята».		Рефлексия.
61	Апрель	21	18.00-19.00	Занятие- круговая тренировка	2	Занятие-круговая тренировка «Гномики».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
62	Апрель	26	17.00-18.00	Занятие- круговая тренировка	2	Занятие-круговая тренировка «Гномики».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
63	Апрель	28	18.00-19.00	Образно- игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Индийские йоги».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
64	Май	03	17.00-18.00	Образно- игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Индийские йоги».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
65	Май	05	18.00-19.00	Образно- игровое занятие	2	Образно-игровое занятие «Индийские йоги».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
66	Май	10	17.00-18.00	Занятие по сказке	2	Занятие по сказке «Простоквашино».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
67	Май	12	18.00-19.00	Занятие по сказке	2	Занятие по сказке «Простоквашино».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
68	Май	17	17.00-18.00	Занятие традиционной структуры	2	Занятие традиционной структуры «Спортивная планета».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
69	Май	19	18.00-18.30	Занятие традиционной структуры	2	Занятие традиционной структуры «Спортивная планета».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.
70	Май	24	17.00-18.00	Итоговое	2	Контрольно-	105	Педагогическое

				контрольно-проверочное занятие		проверочное занятие «Малые Олимпийские игры».	кабинет	наблюдение. Рефлексия. Выполнение тестовых заданий.
71	Май	26	18.00-18.30	Итоговое контрольно-проверочное занятие	2	Контрольно-проверочное занятие «Малые Олимпийские игры».	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия. Выполнение тестовых заданий.
72	Май	31	17.00-18.00	Групповое занятие	2	Заключительное занятие.	105 кабинет	Педагогическое наблюдение. Рефлексия.

2.3. Условия реализации программы.

Кадровое обеспечение программы. Программу реализует педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории Пахмутова Светлана Владимировна, образование-высшее, стаж работы в учреждении -13 лет.

Материально-техническое обеспечение программы. Занятия проводятся в малом спортивном зале ГБОУ ДО РМЭ «ДТДиМ». Спортивное оборудование, которое используется при реализации программы представлено в таблице.

Таблица 1.

Список спортивного оборудования.

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Количество
Для ходьбы, бега, равновесия	Дорожка «Следочки»	1,2 м. х 2,0м.	1 шт.
	Коврик массажный	25см. х 40 см.	24 шт.
	Скамейка гимнастическая	Длина 300 см Ширина 24 см Высота 25см	2 шт.
	Доска с ребристой поверхностью	Длина 150 см Ширина 20 см Высота 3 см	1 шт.
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см.	15 шт.
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см.	15 шт.
	Нейроскакалка	Длина 90 см.	8 шт.
	Батут детский	Диаметр 100см	2 шт.
	Мяч-фитбол	Диаметр не менее 55 см	17 шт.
Для катания, бросания, ловли	Кегли		60 шт.
	Кольцеброс (набор)		2 шт.
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200 гр.	15 шт.
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	25 шт.
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 500 г, 1 кг	4 шт.
	Мяч - массажер		15 шт.
	Обруч большой	Диаметр 75 см	25 шт.
Для ползания и лазанья	Дуга малая	Высота 40см.	4 шт.
	Лента короткая	Длина 50-60 см	40 шт.

	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	20 шт.
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	20 шт.
	Стенка гимнастическая+ веревочная		1 шт.
	Полоса препятствий из мягкого модульного оборудования		1 шт.
Для общеразвивающих упражнений	Флажки разноцветные		38 шт.
	Мяч большой	20 см	15 шт.
	Обруч малый	Диаметр 54-60 см	25 шт.
	Палка гимнастическая	Длина 75-80 см	20 шт.
Нестандартное спортивное оборудование	Парашют	Диаметр 1,2 м.	2 шт.
	Цилиндр из картона		40 шт.
	Косы	60см.	20 шт.
	Островки	Высота 15 см.	16 шт.
	Султанчики		40 шт.
	Цилиндры и трубы из втулок для линолеума, ковров.		28 шт.
	Координационная лестница		2 шт.
Мягкое модульное оборудование	Комплекс «Забава»		2 шт.
	Горка «Кит»		1 шт.
	«Тор»		4шт.
	«Ступени»		2 шт.
	«Перерекати-поле»		2 шт.
	«Кирпичики»		6 шт.

Информационное обеспечение программы осуществляется за счет:

- 1) учета контингента обучающихся с использованием АИС «Навигатор» дополнительного образования детей Республики Марий Эл;

- 2) дистанционного взаимодействия всех участников образовательного процесса: обучающихся, педагогических работников, администрации образовательного учреждения, родителей (законных представителей);
- 3) создания, поиска, сбора, анализа, обработки и представления информации (работа с текстами в бумажной и электронной форме, запись и обработка изображений и звука, выступления с аудио-, видео- и графическим сопровождением, общение в Интернете) по вопросам физического развития дошкольников.

2.4. Формы и порядок текущего контроля и промежуточной аттестации.

В процессе обучения детей по данной программе осуществляются следующие виды контроля:

- 1) текущий (цель – выявление ошибок и успехов в работах обучающихся);
- 2) промежуточный (цель – выявление уровня освоения детьми программы за полугодие);
- 3) итоговый (цель – определение уровня знаний и умений по освоению программы по окончании курса обучения).

Текущий контроль осуществляется в рамках занятия в виде педагогического наблюдения и рефлексии.

Педагогического наблюдение осуществляется за правильностью выполнения упражнений, соблюдением регламента и требований охраны труда, за степенью утомления учащихся по внешним признакам.

Рефлексию осуществляется в виде игры на любом этапе занятия. Используются следующие виды рефлексии: рефлексия настроения и эмоционального состояния, рефлексия деятельности, рефлексия содержания учебного материала.

Для промежуточной и итоговой аттестации проводится количественная оценка освоения программы

На основе выполнения предлагаемых упражнений и заданий устанавливается качественный уровень развития определенных умений.

Для первых пяти групп умений:

Высокий уровень развития умений отмечается при выполнении без значительных ошибок и искажений всего комплекса упражнений- 2 балл.

Средний уровень развития умений отмечается при выполнении трех упражнений с незначительными ошибками и искажениями- 1 балл.

Низкий уровень развития умений отмечается при выполнении первых двух упражнений с заметными ошибками и искажениями-0 баллов.

2.5. Оценочные материалы

Диагностика двигательных умений и навыков

(авторы С.В.Маланов, доктор психологических наук, Н.И.Бажукова)

Умение или способность.	Уровни развития умения или способности.		
	0 баллов	1 балл	2 балла
Умение выполнять действия, требующие ориентировки в пространстве тела.	Обучающийся выполняет простые действия по образцу.	Обучающийся выполняет «сложные» действия по образцу с незначительными искажениями.	Обучающийся выполняет последовательности «сложных» действий по образцу.
Умение ориентировать локомоторные действия во внешнем пространстве.	Обучающийся выполняет простые действия по образцу и параллельной словесной инструкции.	Обучающийся выполняет «сложные» действия по образцу и параллельной словесной инструкции.	Обучающийся выполняет последовательности «сложных» действий по образцу и словесной инструкции.
Умение выполнять	Обучающийся	Обучающийся	Обучающийся

<p>точные, "прицельные" действия в пространственном поле с предметами.</p>	<p>выполняет простые действия по образцу, низкая точность незнакомых действий.</p>	<p>выполняет «сложные» действия по образцу, высокая точность незнакомых действий.</p>	<p>высокая точность выполнения последовательности незнакомых действий по образцу.</p>
<p>Умение поддерживать и произвольно регулировать тонус мускулатуры.</p>	<p>Обучающийся способен напрягать и расслаблять некоторые мышцы по внешне заданному образцу.</p>	<p>Обучающийся способен произвольно расслабляться, а также напрягать и расслаблять отдельные мышцы по речевой инструкции.</p>	<p>Обучающийся способен произвольно расслабляться и мобилизоваться, контролировать тонус мышц конечностей, лица и туловища.</p>
<p>Развитие «тонкой моторики» манипулятивных действий.</p>	<p>У обучающегося низкая точность незнакомых действий при быстрой утомляемости и отвлекаемости.</p>	<p>У обучающегося высокая точность незнакомых действий при быстрой утомляемости и отвлекаемости.</p>	<p>У обучающегося высокая точность незнакомых действий при продолжительной сосредоточенности.</p>
<p>Умения осознавать выполняемые действия (рассказать о выполняемом действии).</p>	<p>Обучающийся осознает, что делает (цель действия), но не осознает то, как</p>	<p>Обучающийся обобщенно осознает цель, качество и способ выполнения</p>	<p>Обучающийся достаточно подробно может рассказать о том, что получается и</p>

	действие выполняется.	действия, не может указать на неверные операции.	что не получается при выполнении действий.
Умение выполнять последовательности действий в соответствии с речевой инструкцией и намеченным планом.	У обучающегося проявляется умение выполнять простые знакомые действия по речевой инструкции педагога.	У обучающегося проявляется умение выполнять незнакомые последовательнос ти действий по речевой инструкции педагога.	У обучающегося проявляется умение выполнять последовательнос ти действий в соответствии со своим предварительным планом.

В качестве диагностических процедур используются разнообразные задачи и упражнения. На основе выполнения предлагаемых ниже упражнений и заданий устанавливается качественный уровень развития физических умений и навыков.

Для первых пяти групп умений:

Высокий уровень развития умений отмечается при выполнении без значительных ошибок и искажений всего комплекса упражнений.

Средний уровень развития умений отмечается при выполнении трех упражнений с незначительными ошибками и искажениями.

Низкий уровень развития умений отмечается при выполнении первых двух упражнений с заметными ошибками и искажениями.

Умение выполнять действия, требующие ориентировки в пространстве тела.

Ребенку показывается какое-либо несложное действие, а затем предлагается закрыть глаза и воспроизвести его. Вслед за этим дается задание более сложное. Все упражнения, кроме последнего, ребенок выполняет с закрытыми глазами.

Возможные упражнения:

- 1) за спиной (за головой) соединить руки, соприкоснувшись указательными пальцами;
- 2) ноги врозь - руки в стороны; наклон к правой ноге - хлопок руками между ног, наклон к левой, хлопок руками между ног;
- 3) вращение руками во взаимно противоположных направлениях со сменой направления вращения (можно выполнять с открытыми глазами);
- 4) выполнение с закрытыми глазами последовательности упражнений: исходное положение основная стойка, присед – руки вперед; упор лежа, присед – руки в стороны, встать в исходное положение.

Умение ориентировать локомоторные действия во внешнем пространстве.

Ребенку предлагается выполнить ряд заданий, которые предполагают точное перемещение в пространственном поле:

- 1) проходя помещение по диагонали, остановиться в центре помещения;
- 2) движение ребенка вслед за направляющим на дистанции 2-3 метра, точно воспроизводя траекторию пути направляющего;
- 3) перемещения в приседе («гусиным шагом») руки в стороны за направляющим, который изменяет направления движения и обходит «препятствия» (разметка, предметы и т.п.);
- 4) дети втроем выполняют бег врассыпную. По команде двое останавливаются, а третий должен быстро занять положение точно между двумя остановившимися.

Умение выполнять точные, "прицельные" действия в пространственном поле предметами.

Ребенку предлагается выполнить ряд заданий, действий с предметами или между предметами, целью которых является максимальная точность их выполнения:

- 1) подбрасывание теннисного мяча вверх (~1,5 м) и последующая ловля его двумя руками (одной рукой);

- 2) ведение мяча ногами максимально точно обходя препятствия (8–10 предметов);
- 3) ведение мяча руками по полу, обводя и не задевая разметку (8-10 предметов). При этом в каждый момент в ведении участвует только одна ладонь;
- 4) расстановка 8 предметов «по кругу» на одинаковом расстоянии друг от друга.

Умение поддерживать и произвольно регулировать тонус мускулатуры:

- 1) произвольное напряжение и расслабление мышц рук, брюшного пресса, ног;
- 2) произвольное расслабление мышц лица; изображение эмоций - радость, грусть, удивление, страх, полное расслабление мышц лежа на полу;
- 3) стоя на коленях наклон назад, не прогибаясь. При этом руки должны «висеть» и быть максимально расслаблены.
- 4) умение ребенка после соответствующей установки со стороны педагога выполнить упражнение напряженно, произвольно увеличив тонус мускулатуры, и максимально расслабленно.

Развитие «тонкой моторики» манипулятивных действий.

Ребенку предлагается выполнить ряд заданий:

- 1) вращение карандаша пальцами правой (левой) руки в перпендикулярной плоскости по отношению к кисти: в одну сторону - в другую сторону, правой рукой – левой рукой;
- 2) наматывание нити на среднюю часть карандаша. Конец нити в одной руке, карандаш – в другой;
- 3) построить башню из 10 стандартных деревянных кубиков;
- 4) аккуратно сложить из бумаги по последовательно демонстрируемому педагогом образцу (пооперациональное выполнение) несложную фигуру.

Умения осознавать выполняемые действия.

Ребенку предлагается выполнить ряд заданий:

- 1) ребенку демонстрируется простое действие и предлагается рассказать, как оно выполнялось;

2) по ходу выполнения действий ребенку предлагается рассказать о том, какое действие и как он только что выполнил;

3) ребенку предлагается подробно рассказать о том, какие упражнения он «умеет выполнять» или «может придумать», а затем предложить выполнить их.

Умение выполнять последовательности действий в соответствии с речевой инструкцией и намеченным планом.

Ребенку предлагается выполнить ряд заданий.

1) ребенку предлагается выполнить 3-4 знакомых действия по речевой инструкции, в непривычной последовательности;

2) ребенку предлагается выполнить последовательность из 3-4 незнакомых действий по речевой инструкции;

3) ребенку предлагается придумать последовательность действий («упражнение для других детей») и подробно рассказать, как их следует выполнять, а затем предложить показать, как такие действия следует выполнять.

2.6. Методические материалы.

Педагогические технологии.

Педагогические технологии, используемые на занятиях с детьми: технология поэтапного обучения двигательным действиям, фитнес-технологии, игровые технологии, здоровьесберегающие технологии.

1. Игровые технологии физического воспитания детей. Подвижная игра представляет собой первую доступную для дошкольников форму деятельности, которая предполагает сознательное воспроизведение навыка движений. Она является средством гармонического развития ребёнка, школой управления собственным поведением, формирования положительных взаимоотношений, благополучного эмоционального состояния.

2. Технология поэтапного обучения двигательным действиям применяется со среднего дошкольного возраста. Основываясь на закономерностях формирования двигательных навыков в теории и методике физического воспитания ребёнка, педагог решает практические задачи обучения. Каждой стадии навыка соответствует определённый этап обучения.

3. Фитнес-технологии. Сущность концепции детского фитнеса заключается в повышении уровня физической подготовленности и интереса к занятиям физическими упражнениями, целенаправленном развитии двигательных способностей, содействии физическому развитию, укреплению здоровья, профилактике различных заболеваний, формированию физической культуры личности, представлении о здоровом образе жизни.

4. Здоровьесберегающие технологии— наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей. Под здоровьесберегающими образовательными технологиями (ЗОТ) в широком смысле можно понимать все те технологии, использование которых в образовательном процессе идёт на пользу здоровья воспитуемых. Если же ЗОТ связывать с решением более узкой здоровьесберегающей задачи, то к здоровьесберегающим будут относиться педагогические приёмы, методы, технологии, которые не наносят прямого или косвенного вреда здоровью

воспитуемых и педагогов, обеспечивают им безопасные условия пребывания, обучения и работы в образовательной организации.

Методы физического развития.

В физическом развитии дошкольников применяются группы методов:

- специфические, т.е. методы, которые применяются только для процесса физического развития;
- общепедагогические, т.е. методы, которые применяются во всех случаях обучения и воспитания.

Специфические методы:

1. Метод строго регламентированного упражнения (каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точной нагрузкой и интенсивностью).
2. Игровой метод (использование упражнений в игровой форме).
3. Соревновательный метод (применение упражнений в соревновательной форме).
4. Метод круговой тренировки (ребенок, передвигаясь по заданному кругу, выполняет определенные задания или упражнения).

Общепедагогические методы:

Словесные методы (применяются для осознанного выполнения упражнений) к ним относятся:

- названия упражнений;
- описание;
- объяснения;
- указания;
- команды;
- вопросы к детям и др.

Практические методы (формируют представления о движении, восприятия, двигательные ощущения, развивают сенсорику):

- показ физических упражнений;
- имитация (подражательные упражнения).

Способы организации двигательной деятельности.

1. Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.
2. Поточный способ. Дети друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).
3. Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Формы организации занятий.

1. Традиционное, классическое занятие. Вводная часть включает в себя упражнения, подготавливающие организм к физической нагрузке – различные виды ходьбы, бег, прыжки, упражнения на развитие равновесия, на профилактику нарушения осанки и т.д. Основная часть, целью которой является обучение, закрепление и совершенствование навыков основных движений, развитие физических качеств. В основную часть входят: общеразвивающие упражнения, основные движения, подвижная игра, способствующая двигательных навыков, дающая возможность повысить эмоциональный тонус детей. Заключительная часть предполагает проведение упражнений, игр малой подвижности для приведения организма в спокойное состояние.
2. Игровые занятия, построенные на основе игр и игр-эстафет, используются для снятия напряжения после занятий с повышенной интеллектуальной нагрузкой, для закрепления движений в новых условиях, для обеспечения

положительных эмоций. Вводная часть такого занятия может быть недолгой, т. к. подготовку организма к нагрузкам продолжит игра малой или средней подвижности. В основную часть могут быть включены игры высокой подвижности, совершенствующие виды движений. Заключительная часть такого занятия должна обеспечить снижение нагрузки.

3. Круговая тренировка – принцип организации такого занятия достаточно прост: вводная и заключительная часть занятия проводятся в традиционной форме. Во время, отведённое для общеразвивающих упражнений и основных движений, организуется круговая тренировка.

4. Сюжетно-игровые занятия – построены на сказочной или реальной основе. Беря за основу классическую структуру занятия, содержание двигательной деятельности согласуется с сюжетом. Тематика таких занятий должна соответствовать возрастным возможностям детей, учитывая их уровень: репортаж со стадиона, цирк, поездка на дачу, сказочные сюжеты

5. Занятия с элементами аэробики. Вводная часть состоит из разных видов ходьбы и бега под музыкальное сопровождение, выполнение танцевальных движений. Общеразвивающие упражнения проводятся в виде ритмической гимнастики-аэробики.

6. Занятия с применением нестандартного физкультурного оборудования, направлены на физкультурно-оздоровительную работу с детьми. Яркие пособия с задорными стихами к ним способствуют: возникновению и длительному удержанию интереса к этим физкультурным игрушкам, удовлетворению потребности детей в движениях, расширению физических возможностей детей, развитию двигательного воображения детей, укреплению здоровья детей.

7. Контрольно-проверочные занятия направлены на выявление актуального уровня физических умений и навыков на основе выполнения тестовых заданий. Вводная часть состоит из разных видов ходьбы и бега. В комплекс общеразвивающих упражнений включены подготовительные упражнения. В основной части занятия дети выполняют тестовые задания. Заключительная часть обеспечивает снижение нагрузки.

2.7. Иные компоненты

Общая характеристика программы воспитания

/пояснительная записка

Приоритетная задача Российской Федерации – формирование новых поколений, обладающих знаниями и умениями, которые отвечают требованиям XXI века, разделяющих традиционные нравственные ценности, готовых к мирному созиданию и защите Родины. Ключевым инструментом решения этой задачи является воспитание детей.

Воспитание означает «деятельность, направленную на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма и гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам героев Отечества, к закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению.

Воспитание — такая же обязанность педагога, как и обучение, и творческое развитие. Эти процессы просто невозможно разделить. Обучение не существует без воспитания. Согласно российскому законодательству, «образование — *единый целенаправленный процесс воспитания и обучения*, являющийся общественно значимым благом и осуществляемый в интересах человека, семьи, общества и государства, а также совокупность приобретаемых знаний, умений, навыков, ценностных установок, опыта деятельности и компетенции определенных объема и сложности в целях интеллектуального, духовно-нравственного, творческого, физического и (или) профессионального развития человека, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов» (п. 1 ст. 2 ФЗ-273).

Воспитание представляет собой многофакторный процесс, т. к. формирование личности происходит под влиянием не только семьи, но и образовательных учреждений, среды, средств массовой информации, социально-экономических условий жизни и др.

К тому же воспитание является долговременным и непрерывным процессом, результаты которого носят очень отсроченный и неоднозначный характер и зависят от сочетания многих факторов.

Стратегические ориентиры воспитания сформулированы Президентом Российской Федерации В.В. Путиным: «Формирование гармоничной личности, воспитание гражданина России – зрелого, ответственного человека, в котором сочетается любовь к большой и малой Родине, общенациональная и этническая идентичность, уважение к культуре, традициям людей, которые живут рядом».

Министр просвещения Российской Федерации Сергей Кравцов подчеркнул, что воспитание – это стратегический национальный приоритет, оно определяет,

«кем станут наши дети, какие жизненные принципы и человеческие ценности будут в них заложены».

Наша общая задача – сформировать воспитывающую детей среду, доступную и интересную им, в которой каждый ребенок найдёт то, чем хочет заниматься.

Система дополнительного образования является неотъемлемой частью учебно-воспитательного процесса общего образования, позволяет не только обеспечивать социальный запрос родителей, но и организовывать досуг учащихся и развивать их творческие и интеллектуальные способности.

Сфера дополнительного образования детей создает особенные возможности для развития образования в целом, в том числе для опережающего обновления его содержания в соответствии с задачами перспективного развития страны. Анализ этих характеристик позволяет осознать ценностный статус дополнительного образования как уникальной и конкурентоспособной социальной практики наращивания мотивационного потенциала личности и инновационного потенциала общества.

Дополнительное образование детей, как особая образовательная сфера, имеет собственные приоритетные направления и содержание воспитательной работы с обучающимися.

Современной парадигмой развития дополнительного образования является формирование и развитие творческих способностей обучающихся, выявление и поддерживание талантов, обеспечение их духовно-нравственного, патриотического, физкультурно-оздоровительного и трудового воспитания, а также оказание помощи в профориентации, социализации и адаптации обучающихся к жизни в современном обществе.

Все эти *направления*, так или иначе, предусматриваются в процессе реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Отличительной особенностью программы является то, что в основу образовательного процесса положены компетентный подход, предполагающий формирование социальной, коммуникативной, познавательной компетентностей, и деятельностный подход в воспитании и развитии обучающегося средствами приобщения к участию в значимых проектах разного уровня, самостоятельному творческому поиску до осознания своей причастности в решении важных дел.

Такой комплексно-целевой подход интенсифицирует развитие детей, формирует устойчивую мотивацию к познанию, активизирует их творческую деятельность, способствует успешной социализации.

В этом и заключается *актуальность* данной программы.

Кроме этого, в процессе реализации программы ребенок имеет возможность свободного выбора для импровизации, что укрепляет его веру в собственные силы.

Основными формами организации образовательного процесса являются:

- беседы, дискуссии;

- творческие встречи с интересными людьми;
- самостоятельная работа;
- организация семейных праздников, концертов;
- участие в праздниках, посвященным красным датам календаря;
- участие в конкурсах;
- экскурсии, посещение театров, музеев и т.д.

Особенности организации образовательного процесса.

Учитывая широкий аспект поставленных задач, настоящая программа может быть реализована в формате сетевого взаимодействия.

Сетевыми партнерами в реализации программы могут стать театры, библиотеки, музеи, дворцы культуры, общеобразовательные школы, учреждения дополнительного образования, и т.п.

Организация и проведения совместных праздников, выступлений, акций и т.д. будут способствовать ознакомлению детей с различными учреждениями, интересными людьми, помогут увидеть широкие возможности выбора занятий и будущей профессии для себя, а также - более тесному сотрудничеству учреждений по воспитанию и развитию детей.

Режим занятий. Воспитательная работа осуществляется в процессе реализации дополнительной образовательной программы (занятия, репетиции, беседы и т.п.), а также согласно плану проведения запланированных мероприятий.

Рабочая программа

Цель: создание условий для самовыражения личности ребенка через различные виды деятельности, способствующих успешной социализации в современном обществе.

Задачи:

- воспитание у детей готовности к творческой деятельности, трудолюбию, ответственности, аккуратности;
- развитие навыков культурного общения и поведения;
- формирование системы нравственных ценностей, личностных качеств, необходимых для жизни;
- развитие воспитательного потенциала семьи;
- приобщение детей к общечеловеческим нормам морали;
- приобщение детей к традициям Дворца и изучению его истории;
- воспитание любви к своему Отечеству, малой Родине и национальным традициям;
- воспитание эстетических потребностей;
- развитие навыков сотрудничества, самоуважения и взаимоуважения;
- воспитание внутренних потребностей обучающегося в здоровом образе жизни;
- воспитание ответственного отношения к природе и социокультурной среде обитания.

Содержание деятельности

Воспитывающая деятельность детского объединения дополнительного образования имеет две важные составляющие – индивидуальную работу с каждым обучающимся и формирование детского коллектива.

Организуя индивидуальный процесс, педагог дополнительного образования решает целый ряд педагогических задач:

– помогает ребенку адаптироваться в новом детском коллективе, занять в нем достойное место;

– выявляет и развивает потенциальные общие и специальные возможности и способности обучающегося;

– формирует в ребенке уверенность в своих силах, стремление к постоянному саморазвитию;

– способствует удовлетворению его потребности в самоутверждении и признании, создает каждому «ситуацию успеха»;

– развивает в ребенке психологическую уверенность перед публичными выступлениями и др.;

– формирует у учащегося адекватность в оценках и самооценке, стремление к получению профессионального анализа результатов своей работы;

– создает условия для развития творческих способностей учащегося.

Влиять на формирование и развитие детского коллектива в объединении дополнительного образования педагог может через:

а) создание доброжелательной и комфортной атмосферы, в которой каждый ребенок мог бы ощутить себя необходимым и значимым;

б) создание «ситуации успеха» для каждого обучающегося, чтобы научить самоутверждаться в среде сверстников социально адекватным способом;

в) использование различных форм массовой воспитательной работы, в которых каждый обучающийся мог бы приобрести социальный опыт, пробуя себя в разных социальных ролях;

г) создание в творческом объединении органов детского самоуправления, способных реально влиять на содержание его деятельности.

Календарный план воспитательной работы

Название мероприятия	Статус	Сроки проведения	Место проведения	Ответственные
Беседа «Правила поведения детей во время занятий. Правила подвижных игр».	Объединения	сентябрь	105 каб	Пахмутова С.В.
Подвижные коммуникативные игры на воспитание сплоченности детского коллектива («Блуждающий мяч» «Гонка мячей», «Селедки в банке», «Веселый мячик» и др.).	Объединения	сентябрь октябрь	105 каб	Пахмутова С.В.
Игровая программа «Мой край родной...»	Объединения	ноябрь	105 каб	Пахмутова С.В.
Беседа о народных играх на Рождество.	Объединения	декабрь	105 каб	Пахмутова С.В.
Викторина «Что я знаю о спорте».	Объединения	январь	105 каб	Пахмутова С.В.
Конкурс «Смотр строя и песни»	Объединения	февраль	105 каб	Пахмутова С.В.
Подвижные игры на развитие чувства спортивного соперничества («Два Мороза», «Берегись», «Веселые старты» и др.).	Объединения	сентябрь- октябрь	105 каб	Пахмутова С.В.
Подвижные коммуникативные игры на воспитание дисциплины («Великаны», «Молчок» и др.).	Объединения	сентябрь- октябрь	105 каб	Пахмутова С.В.
Викторина «Спорт! Спорт! Спорт!»	Объединения	апрель	105 каб	Пахмутова С.В.
Подвижные игры на развитие умения работать в коллективе («Здравствуйте», «Художники», «Краденое солнце», «Яша-Маша» и др).	Объединения	сентябрь- октябрь	105 каб	Пахмутова С.В.

Планируемые результаты

В процессе реализации настоящей программы дети будут одновременно получать комплексные знания, развивать способности и совершенствовать навыки социального взаимодействия через занятия, общения.

1. Ожидается положительная динамика сформированности социальных компетентностей обучающихся:

- умение выражать свое отношение к фактам и явлениям окружающей действительности;

- готовность и способность обучающихся к творческой деятельности, саморазвитию и самопознанию;

- сформированность навыков сотрудничества, самоуважения и взаимоуважения, культурного общения и культуры поведения.

2. Позитивные изменения в формировании:

- нравственных ценностей и личностных качеств, необходимых для жизни (трудолюбие, ответственность, аккуратность, моральные ценности);

- внутренних потребностей в здоровом образе жизни;

- любви к своему Отечеству, малой Родине и национальным традициям.

3. Активное участие обучающихся в традиционных праздниках и проектах Дворца, города и Республики с привлечением воспитательного потенциала семьи.

4. Достижение высоких результатов в конкурсной деятельности.

Способы отслеживания результатов

С целью отслеживания эффективности деятельности объединения по результатам воспитательной работы ведется мониторинг личностного развития обучающихся. Основу мониторинга составляют количественные показатели, которые могут быть дополнены и качественной характеристикой работы по каждому направлению, а так же используются разработанные тесты и анкеты.

Отслеживается динамика участия обучающихся в мероприятиях разного уровня и достижения обучающихся по разным направлениям деятельности.

Проводится анализ реализации плана воспитательной работы.

2.8. Список литературы

Список литературы для обучающихся.

1. Киплинг Р.Д. Маугли – М.: Махаон, 2014. – 224с.
2. Успенский Э. Н. Трое из Простоквашино – М.: [НД Плэй](#), 2017. – 48с.
3. Чуковский К. А. Доктор Айболит – М.: Махаон, 2014. – 28с.
4. Чуковский К. А. Муха Цокотуха – М.: Яблоко, 2017. – 16с.
5. Чуковский К. А. Тараканище – М.: Улыбка, 2015. – 14с.
6. Чуковский К. А. Федорино горе – М.: Проф-Пресс, 2016. – 10с.

7. Чуковский К.А. Краденое солнце – М.: [Мелик-Пашаев](#), 2014– 16с.

Список литературы для родителей.

1. «Аверина И.Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие / И.Е. Аверина. – 3-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2007. – 144 с.

2. Антропова М.В., Кузнецова Л.М., Параничева Т.М. Режим для младшего школьника. – М.: Вентана – Графф, 2003. – 24 с.

3. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 64 с.

4. Батечко С.А, Бирюков В.С., Арийчук Е.К., Деревянко Н.А. Двенадцать шагов к здоровью с «Тяньши». Серия «Медицина для вас». – Ростов н / Д: Феникс, 2003. – 480 с.

5. Борисова М.М. Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования: учеб. – метод. пособие / Марина Борисова. – Москва: Обруч, 2014. – 256 с.

6. Вавилова Е.Н. Развитие основных движений у детей 3-7 лет. Система работы. – М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2007. – 160 с.

7. Вареник Е.Н. – Физкультурное-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128 с.

8. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 Кн. для работников дошк. учреждений / Е.М. Белостоцкая, Т.Ф. Виноградова, Л.Я. Каневская, В.И. Теленч. Сост. В. И. Теленчи. – М.: Просвещение, 1987. – 143 с.

9. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. Младший возраст: Пособие для педагогов дошк. учреждений. – М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 1999. – 272 с.

Список литературы для педагогов.

1. Аверина И.Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие / И.Е. Аверина. – 3-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2007. – 144 с.

2. Антропова М.В., Кузнецова Л.М., Параничева Т.М. Режим для младшего школьника. – М.: Вентана – Графф, 2003. – 24 с.
3. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 64 с.
4. Батечко С.А, Бирюков В.С., Арийчук Е.К., Деревянко Н.А. Двенадцать шагов к здоровью с «Тяньши». Серия «Медицина для вас». Ростов н / Д: Феникс, 2003. – 480 с.
5. Борисова М.М. Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования: учеб. – метод. пособие / Марина Борисова. – Москва: Обруч, 2014. – 256 с.
6. Вавилова Е.Н. Развитие основных движений у детей 3-7 лет. Система работы. – М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2007. – 160 с.
7. Вареник Е.Н. – Физкультурное-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128 с.
8. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 Кн. для работников дошк. учреждений / Е.М. Белостоцкая, Т.Ф. Виноградова, Л.Я. Каневская, В.И. Теленч. Сост. В. И. Теленчи. – М.: Просвещение, 1987. – 143 с.
9. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: Старший возраст: Пособие для педагогов дошк. учреждений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 264 с.
10. Голубева Л.Г. Гимнастика и массаж для самых маленьких: Пособие для родителей и воспитателей. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2012. – 80 с.
11. Дереклеева Н.И Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2004. – 152 с.
12. Ефименко Н.Н. Материалы к оригинальной авторской программе «Театр физического воспитания и восстановления детей дошкольного и младшего школьного возраста». – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 1999. – 256 с.
13. Занозина А.Е., Гришанина С.Э. Перспективное планирование физкультурных занятий с детьми 6-7 лет. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2008. – 80 с.

14. Как сохранить сердце ребенка здоровым / В.Н. Безобразова и др. – М.: Вентана – Графф, 2003. – 32 с.
15. Коррекционно-развивающая среда для детей дошкольного возраста с нарушением опорно-двигательного аппарата. – М.: Школьная Пресса, 2003.– 48 с.
16. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): Программно-методическое пособие. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2000. – 296 с.
17. Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие / Г.В. Каштанова, Е.Г. Мамаева, О.В. Сливина, Т.А. Чуманова; под общ.ред. Г.В. Каштановой. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: АРКТИ, 2007. – 104 с.
18. Макарова О.С. Игра, спорт, диалог в физической культуре начальной школы: спортивно-игровые проекты для первого класса. Пособие для учителя физической культуры. – М.: Школьная Пресса. 2002. – 64 с.
19. Маханева М.Д. Здоровый ребенок: Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе: Методическое пособие. – М.: АРКТИ, 2004. – 264 с.
20. Образование, творящее здоровье. Санология и валеология в учебном процессе. Методическое пособие для педагогов. – Ростов-на-Дону, - 1994. – 71 с.
21. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа детского сада. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2011. – 112 с.
22. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2010. – 128 с.
23. Подольская Е.И. Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009. – 80 с.
24. Полтавцева Н.В. Физическая культура в дошкольном детстве: Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 4-5 лет / Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова. – М.: Просвещение, 2004. – 272 с.

25. Рунова М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет (с учетом уровня двигательной активности): пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры / М.А. Рунова.- М.: Просвещение, 2005. – 141 с.
26. Рунова М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет (с учетом уровня двигательной активности): пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры / М.А. Рунова. – М.: Просвещение, 2005. – 141 с.
27. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет / Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2011. – 144 с.
28. Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: Логика для дошкольников / художник В.Х. Янаев. – Ярославль: Академия развития, 2001. – 144 с.
29. Туризм в детском саду: (учеб. – метод. пособие) / (принимали участие: Алейникова В.С. и др.); под ред. Кузнецовой С.В. – Москва Обруч, 2013. – 208 с.
30. Узорова О.В. Пальчиковая гимнастика/О.В. Узорова, Е.А. Нефедова. – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 127 с.
31. Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: Пособие для воспитателя. – М.: Просвещение, 1986. – 159 с.
32. Шебеко В.Н. Физкультурные праздники в детском саду: творчество в двигательной деятельности дошкольника: Кн. для воспитателей дет.сада / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – 3-е изд. – М.: Просвещение. 2003. – 93 с.
33. Шишкина В.А. Движение +движение: Кн. для воспитателя дет.сада. – М.: Просвещение, 1992. –128с.