

Управление образования администрации Кемеровского городского округа
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей им. В. Волошиной»

Принята на заседании
методического совета
от 27.04.2023 г.
Протокол № 3

Утверждаю:
Директор МБОУ ДО
«ЦДОД им. В.Волошиной»
И.П. Чередова
02.05.2023 г. № 48



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Двигайся на здоровье»
Возраст учащихся: 6-7 лет
Срок реализации: 1 год**

Разработчик:
Тренева Екатерина Викторовна,
педагог дополнительного образования

г. Кемерово, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	5
1.3. Содержание программы	5
1.3.1. Учебный план	5
1.3.2. Содержание учебного плана	6
1.4. Планируемые результаты	10

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график	12
2.2. Формы контроля	12
2.3. Оценочные материалы	12
2.4. Методические материалы	13
2.5. Рабочая программа воспитания	13
2.6. Условия реализации программы	13
2.7. Список литературы	13
Приложение 1. Календарный учебный график	16
Приложение 2. Рабочая программа воспитания.....	23

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Двигайся на здоровье» имеет социально-гуманитарную направленность и является модулем модульной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Я познаю мир».

Уровень программы: стартовый.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Двигайся на здоровье» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. №273 «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 июля 2022 года №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3.09.2019г. №467 «Об утверждении целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей»;

- Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021г. №652-н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Указ Президента РФ от 21.07.2020 №474 «О национальных целях развития РФ на период до 2030 года»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022 г. N 678-р;

- Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи от 18.11.2015 N 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Постановления Главного государственного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. №3);

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

- Устав и локальные акты МБОУ ДО «Центр дополнительного образования детей им. В. Волошиной».

Актуальность программы

Современные исследования в области здравоохранения и спорта показывают, что большинство детей дошкольного возраста, поступающих в школу, страдают гиподинамией, ослабленным здоровьем, так как ведут малоподвижный образ жизни, увлекаются компьютерными играми, новыми гаджетами, просмотром телевизора. По данным Всемирной организации здравоохранения, малоподвижный образ жизни является причиной развития серьезных заболеваний у детей и взрослых. Поэтому уже в дошкольном возрасте **актуальным** становится «борьба с малоподвижностью», приучение ребенка к разнообразной двигательной активности, к элементам здорового образа жизни.

Педагогическая целесообразность программы заключается в пробуждении интереса учащихся дошкольного возраста к формам игровой двигательной активности в группе, которая направлена на формирование его двигательной сферы, приобщение к элементам здорового образа жизни и успешной социализации его в обществе.

Отличительной особенностью данной дополнительной общеразвивающей программы является то, что она носит комплексный характер и объединяет общеразвивающие упражнения под музыку, элементы хореографии, танцевальные движения, упражнения с элементами спортивных игр и знакомство дошкольников со здоровым образом жизни в единое целое.

Отличительной особенностью данной программы является частичное применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Основные элементы системы электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (ЭОиДОТ), используемые в работе: цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах; электронная почта; облачные сервисы, а также мессенджер WhatsApp и видеохостинг YouTube.

Информационное обеспечение родителей учащихся проводится через мессенджер WhatsApp и электронную почту педагога.

Адресат программы

Программа по развитию физических способностей «Двигайся на здоровье» разработана для детей 6 лет. Дети этого возраста отличаются чрезвычайной пластичностью, у них происходит активное формирование опорно - двигательного аппарата, естественные изгибы позвоночника еще не закреплены, поэтому очень важно следить за правильной осанкой ребенка, необходимо учить детей правильному выполнению того или иного упражнения, так как возникший навык прочно и надолго закрепляется. Содержание программы соответствует возрастным особенностям учащихся и способствует развитию потребности к систематическим занятиям физической культурой и ведению здорового образа жизни у детей 6 лет.

Объем и срок освоения программы: 72 часа, 1 год обучения

Режим занятий, периодичность и продолжительность: 2 раз в неделю по 1 часу, 1 час - 30 мин, 10 мин перемена

Форма обучения: очная, очная с применением дистанционных технологий.

Организационные формы обучения: основная форма организации обучения – учебное занятие. Виды занятий – игровые занятия. В соответствии с формами проведения занятий, педагогом тщательно отбираются методы и приемы обучения.

Форма организации познавательной деятельности учащихся на занятии: групповая деятельность, количество детей в группе 10 человек.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование у детей дошкольного возраста ценности здорового образа жизни на занятиях в учреждении дополнительного образования.

Задачи программы:

Предметные:

формировать у детей дошкольного возраста представления о здоровом образе жизни и разнообразии двигательной активности человека;

Метапредметные:

развивать у детей дошкольного возраста познавательный интерес к физическим упражнениям, волевые усилия и коммуникативные качества;

Личностные:

воспитывать потребности к систематическим занятиям физической культурой и ведению здорового образа жизни.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Раздел 1. Общеразвивающие упражнения	8	2	6	
1.1.	Общеразвивающие упражнения	8	2	6	беседа, наблюдение, творческая работа
	Раздел 2. Основы здорового образа жизни	12	2	10	
2.1.	Основы здорового образа жизни	12	2	10	наблюдение, тестирование
	Раздел 3. Упражнения с предметами	12	2	10	
3.1.	Упражнения с	12	2	10	тестирование

	предметами				
	Раздел 4. Подвижные игры	12	2	10	
4.1.	Подвижные игры	12	2	10	тестирование
	Раздел 5. Игрогимнастика	10	2	8	
5.1.	Игрогимнастика	10	2	8	творческая работа, тестирование
	Раздел 6. Азбука танца	18	4	14	
6.1.	Азбука танца	18	4	14	наблюдение, творческая работа
Итого часов:		72	14	58	

1.3.2. Содержание учебного плана

Раздел 1. Общеразвивающие упражнения.

Тема 1.1. Общеразвивающие упражнения.

Теория: Правила поведения на занятии, техника безопасности. Знакомство со звуками различных музыкальных инструментов (барабан, бубен) и фонограмм (детские песни из мультфильмов и кинофильмов). Учимся слышать ритм в музыке. Необходимость выполнения утренней зарядки. Знакомство с различными видами гимнастики (аэробика, шейпинг, фитнес). Знакомство с новыми спортивными предметами (гантели, «помпоны болельщика», кегли для боулинга).

Практика:

Упражнения для развития ритма в движении - «Здравствуй», «Морские обитатели). Игры для развития ритма – «Я слышу», «Винтик», «Бара-бан-бан».

Разминка 1. Комплекс упражнений: «Мы весёлые ребята», «Солнышко лучистое», «Машины», «Попугай».

Комплекс упражнений ритмической гимнастики - «Стэп - шаги», «Вперед 4 шага» и др.

ЭОиДОТ:

Теория: видеозанятие «Комплекс упражнений утренней гимнастики» (облачный сервис Облако Mail.Ru, видеохостинг YouTube, Rutube, VK Видео, Яндекс диск)

Практика: видеозанятие «Комплекс упражнений утренней гимнастики».

Форма обратной связи: электронная почта педагога, WhatsApp

Форма контроля: беседа о необходимости выполнения утренней зарядки. Здоровом образе жизни (занятия физкультурой, правильная осанка,

закаливание, профилактика простудных заболеваний). Элементарные гигиенические навыки (самостоятельное переодевание на занятия, форма одежды на занятиях, чистота и аккуратность). Наблюдение. Творческое задание - «Солнышко лучистое» (импровизация движений детьми). Фото и видео материалы выполнения дистанционных заданий.

Раздел 2. Основы здорового образа жизни.

Тема 2.1. основы здорового образа жизни.

Теория: Необходимость выполнения утренней зарядки. Здоровый образ жизни (занятия физкультурой, правильная осанка, закаливание, профилактика простудных заболеваний). Элементарные гигиенические навыки (самостоятельное переодевание на уроке ритмики, форма одежды на занятиях, чистота и аккуратность). Знакомство с элементами анатомии (тело человека, его части: голова, туловище, руки, ноги. Роль правильной осанки, дыхательная система человека (как правильно дышать во время занятий физкультурой и почему?) Разнообразие упражнений для профилактики нарушений осанки и мышц живота. Разнообразие упражнений с гимнастической палкой, правила техники безопасности.

Практика: Разминка 2. Игры для правильной осанки – «Тело человека», следим за правильной осанкой. Элементы дыхательной гимнастики.

Проверка осанки сидя, стоя без опоры, при ходьбе, во время выполнения упражнений. Комплекс упражнений для мышц спины и живота - «Морские жители». Разминка 3. Комплекс упражнений «Палочка – выручалочка».

ЭОиДОТ:

Теория: презентация на тему «Строение тела человека» (облачный сервис Облако Mail.Ru, видеохостинг YouTube, Rutube, VK Видео, Яндекс диск)

Практика: викторина на тему «Строение тела человека» (облачный сервис Облако Mail.Ru).

Форма обратной связи: электронная почта педагога, WhatsApp

Формы контроля: наблюдение за правильным выполнением упражнений для спины. Тестирование - определение уровня физического развития ребенка. Фото и видео материалы выполнения дистанционных заданий.

Раздел 3. Упражнения с предметами.

Тема 3.1. Упражнения с предметами.

Теория: Разнообразие упражнений с мячом. Правила техники безопасности. Разнообразие упражнений со скакалкой. Игры с использованием скакалки. Разнообразие упражнений с обручем. Разнообразие упражнений с мячами. Концентрация внимание на статических упражнениях (исходные положения), профилактика травматизма. Разнообразие упражнений для развития меткости (с использование малых мячей).

Практика: Разминка 3. Упражнения с мячом – катание мяча на прямой руке, передача мяча из рук в руки с махом ногой и др. Упражнения со

скакалкой - прыжки на месте и в движении, на двух ногах и попеременно. Упражнения - кручение на поясе, шее, прыжки с обручем, катание обруча одной рукой, подбрасывание и ловля обруча и др. Разминка 3. Упражнения: «Лягушка», «Черепашка», «Пружинка», «Медуза», «Паучок» и др. Упражнения – «Радуга», «Пирамиды».

ЭОиДОТ:

Теория: видео «Комплекс упражнений с предметом (скакалка, мяч и др.) для укрепления мышц спины и живота» (облачный сервис Облако Mail.Ru, видеохостинг YouTube, Rutube, VK Видео, Яндекс диск)

Практика: видеозанятие «Комплекс упражнений с предметом (скакалка, мяч и др.) для укрепления мышц спины и живота» (облачный сервис Облако Mail.Ru).

Форма обратной связи: электронная почта педагога, WhatsApp

Формы контроля: тестирование – упражнения с предметами, правильность выполнения. Фото и видео материалы выполнения дистанционных заданий.

Раздел 4. Подвижные игры.

Тема 4.1. подвижные игры.

Теория: Знакомство с основными видами спорта (легкая атлетика, плавание, лыжи и коньки, игровые виды спорта, борьба, гимнастика и др.) Игры с предметами. Правила игры, распределение ролей играющих. Разнообразие игр с сюжетом. Знакомство детей с играми, соревновательного характера. Разнообразие игр с использованием различных спортивных предметов. Воспитание у детей чувства коллективизма, поддержки и помощи товарищам, стремление к победе. Разнообразие игр соревновательного характера с использованием мячей, скакалок, обручей, кеглей, кольцебросов и других предметов. Соревнования и эстафеты между двумя командами (дети выбирают названия для своей команды, капитана команды) с использованием ранее изученных упражнений, упражнений с предметами, бега, прыжков. Разнообразие упражнений в строю, правильное выполнение команд. Слышать счёт.

Практика: Разминка 3. Игры с мячами - «Не урони мяч», «Из круга вышибала», «Мини-футбол», «Мини-хоккей». Игры со скакалкой – «Скалочка-скакалочка», «Резинка» и др. Игры с использованием обруча - «Кто дольше крутит», «Кто быстрее докатит обруч», «Одуванчики», «Тучи, облака». Игры - «Кольцебросы», «Твоя цель». Сюжетно – ролевые игры - «Рыбаки и рыбки», «Наседка и цыплята», «Красочки», «Пассажирский корабль», «Дорожные ситуации», «Пыжик, олень, вожак», «Снежная королева». Игры - соревнования - «Кто быстрее», «Кто лучше». Разучивание команд «Напра-во», «Нале-во», «Стой, Ровнясь, Смирно», «Вольно». Строевые игры - «Дружные ребята», «Найди пару». «Становись».

ЭОиДОТ:

Теория: презентация на тему «Виды спорта» (облачный сервис Облако Mail.Ru, видеохостинг YouTube, Rutube, VK Видео, Яндекс диск)

Практика: викторина на тему «Виды спорта (облачный сервис Облако Mail.Ru).

Форма обратной связи: электронная почта педагога, WhatsApp

Форма контроля: тестирование – прохождение эстафет. Фото и видео материалы выполнения дистанционных заданий.

Раздел 5. Игрогимнастика.

Тема 5.1. Игрогимнастика.

Теория: Разнообразие упражнений с предметами для развития гибкости, силы мышц (мячи, гимнастические мягкие модули, ортопедическая дорожка, гимнастическая скамейка и др.) Разнообразие упражнения для развития специальной гибкости («Красивые виды спорта»). Разнообразие несложных акробатических элементов (по отдельным элементам), знакомство с основной стойкой человека в разных упражнениях.

Практика: Разминка 4. Упражнения с предметами для развития гибкости, силы мышц - «Мостик», «Берёзка», «Кувырок через голову», «Шпагат», «Ласточка». Упражнения для развития специальной гибкости – «Просыпаемся с цветами», «Тянись к прекрасному» и др. Контроль за положением туловища и ног, Акробатические упражнения - кувырки вперед, назад, группировка и др.

ЭОиДОТ:

Теория: видео «Комплекс упражнений для развития гибкости «Мостик», «Берёзка» (облачный сервис Облако Mail.Ru, видеохостинг YouTube, Rutube, VK Видео, Яндекс диск)

Практика: видеозанятие «Комплекс упражнений для развития гибкости «Мостик», «Берёзка» (облачный сервис Облако Mail.Ru).

Форма обратной связи: электронная почта педагога, WhatsApp

Форма контроля: тестирование – выполнение акробатических связок (упражнений). Фото и видео материалы выполнения дистанционных заданий.

Раздел 6. Азбука танца.

Тема 6.1. Азбука танца.

Теория: Игры под музыку, внимательная последовательность действий музыки, подражание словам. Разнообразие сложных танцевальных шагов, танцевальных движений, блоков, композиций. Разнообразие различных танцевальных композиций для праздников с предметами. Обобщение представлений о разнообразии танцевальных движений и композиций.

Практика: Разминка 6. Игры под музыку - «Фиксики», «Арам зам-зам», «Соко - бачи», «Буги вуги», «Пчелы» и др. Соблюдение схемы танца, точность выполнения движений, сохранение круга. Танцевальные движения – стэп шаги: вперед, в стороны, назад. Переступание, в повороте, кружения и др. Танцевальные движения с предметами. Танцевальные композиции - «Зима», «Радуга», «Дружба» «Хафанана». Показ разученных на занятиях танцевальных композиций.

ЭОиДОТ:

Теория: видео «Танцевальные движения» (облачный сервис Облако Mail.Ru, видеохостинг YouTube, Rutube, VK Видео, Яндекс диск)

Практика: видеозанятие «Танцевальные движения».

Форма обратной связи: электронная почта педагога, WhatsApp

Форма контроля: наблюдение - выполнение танцевальных композиций, корректировка движений. Танец. Фото и видео материалы выполнения дистанционных заданий.

1.4. Планируемые результаты

Предметные результаты:

По окончании обучения учащиеся будут знать:

- элементарные представления об анатомии и физиологии: знать строение тела человека (голова, туловище, руки, ноги), отчего возникают нарушения осанки, как от них уберечься;
- здоровый образ жизни, закаливание, профилактика простудных заболеваний, самомассаж;
- общее представление о различных видах спорта.

Будут уметь:

- соблюдать гигиенические навыки (знание спортивной формы);
- поддерживать правильную осанку (сидя, стоя, при ходьбе);
- правильно выполнять общеразвивающие упражнения, упражнения с предметами (обязательно – правильное исходное положение);
- играть в различные подвижные игры (для развития различных физических качеств, сюжетно-ролевые игры) и объяснять их правила, правильно выполнять свою задачу в игре, контролировать свои действия в игре;
- выполнять танцевальные шаги, танцевальные движения. Выполнять движения одновременно с другими детьми. Соблюдать рисунок танца и музыкальный ритм. Перестраиваться в различные фигуры, стремиться выполнять упражнения одновременно с другими детьми и в такт с музыкой.

Метапредметные результаты

Интеллектуальные умения (познавательные):

- проявлять интерес к физическим упражнениям и играм, занятиям различными видами физической культуры.

Коммуникативные умения:

- активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх; способен договариваться, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, стараться разрешать конфликты.

Организационные умения (регулятивные):

- ребёнок способен к волевым усилиям в разных видах игровой физической активности, преодолевать сиюминутные побуждения, доводить до конца начатое дело;
- может следовать правилам в разных видах игровой физической активности и соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены на занятии.

Личностные результаты:

- выражает стремление к систематическим занятиям физической культурой и ведению здорового образа жизни.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график (Приложение 1)

2.2. Формы контроля

1. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

Для фиксации и отслеживания полученных результатов обучения и учета динамики личностного развития ребенка используются индивидуальные карточки, данные которых, вносятся в мониторинг. Мониторинг результатов обучения учащихся по дополнительной общеразвивающей программе составлен на основе методики оценки результатов, представленной в практическом пособии Буйловой Л.Н., Кленовой Н.В.

Определение уровня усвоения программы происходит по итогам наблюдений за самостоятельной практической деятельностью ребёнка во время занятия по разработанным критериям оценки предметных результатов усвоения программы. Определены показатели ее усвоения: элементарные представления о строении тела человека (голова, туловище, руки, ноги), здоровом образе жизни, различных видах спорта, правильно выполнять общеразвивающие упражнения, упражнения с предметами, играть в различные подвижные игры, выполнять танцевальные движения.

Метапредметные и личностные результаты оцениваются методом наблюдения за индивидуальной практической деятельностью учащихся на занятии.

Для фиксации образовательных результатов используются:

карточка учета результатов обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе; лист наблюдения.

2. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- беседа;
- наблюдение;
- тестирование;
- творческая работа.

2.3. Оценочные материалы

Пакет диагностических методик по определению предметных результатов включает:

Вопросы к беседе: «Правильная осанка», «Здоровый образ жизни», «Виды спорта», «Утренняя зарядка», «Гигиенические навыки».

Листы наблюдений: «Правильная осанка»; «Профилактика плоскостопия»; «Упражнения с предметами»; «Танцевальные движения, композиции».

Тест: «Выполнение акробатических связок, упражнений»; «Прохождение эстафет»; «Определение уровня физического развития ребёнка».

Задание к творческой работе: «Построй фигуру», «Придумай новый элемент», «Любимое танцевальное движение».

2.4. Методические материалы

В программе используются игровые технологии (подвижные, музыкальные и танцевальные игры) и здоровье сберегающие технологии (различные виды зарядок и разминок, пальчиковая гимнастика, упражнения для разных групп мышц, упражнения для правильной осанки).

Дидактические материалы.

Наглядный материал (*иллюстрации по темам*): Строение тела человека. Виды спорта.

Мультимедийный материал: видео фрагменты и презентации на тему «Строение тела человека», видеозанятие «Комплекс упражнений с предметом (скакалка, мяч и др.) для укрепления мышц спины и живота», видеозанятие «Комплекс упражнений утренней гимнастики», аудиозаписи.

Раздаточный материал: различный спортивный инвентарь (мячи, обручи, скакалки, гимнастическая скамейка, ортопедические дорожки, и т.д.)

Информационно - методический материал: информационные папки «В мире движений», «Комплекс упражнений для профилактики и коррекции плоскостопия», «Танцевальные движения и композиции» Облачный сервис Облако Mail.Ru, видеохостинг YouTube, Rutube, VK Видео, Яндекс диск.

2.5. Рабочая программа воспитания (приложение 2)

2.6. Условия реализации программы:

1. Материально-техническое обеспечение:

Занятия по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Двигайся на здоровье» проводятся на базе специально оборудованного кабинета. Для работы необходим разнообразный, соответствующий возрасту учащихся, игровой и наглядный материал (иллюстрации, различный инвентарь для выполнения упражнений, проведения эстафет др.); телевизионный экран, набор аудиозаписей, видеофильмов о строении тела человека, видах спорта.

2. Информационное обеспечение:

Подборка информационных материалов по темам: «В мире движений», «Комплекс упражнений для профилактики и коррекции плоскостопия», «Танцевальные движения и композиции».

3. Кадровое обеспечения:

Программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий Профессиональному стандарту педагога дополнительного образования детей и взрослых (приказ от 22.09.2021г. №652-н)

2.7. Список литературы

Основная литература:

1. Агапова, И. А. Подвижные игры для дошкольников / И. А. Агапова, М. А. Давыдова. - Москва: Аркти, 2010. - 152 с.
2. Антонов, Ю. Е. Здоровый дошкольник: Социально – оздоровительная технология XXI века / Ю. Е. Антонов. - М.: АРКТН, 2000. - 88 с
3. Вавилова, Е. Н. Развитие основных движений у детей 3-7 лет / Е. Н. Вавилова. - М.: Скрипторий, 2011. - 282 с.
4. Буренина, А.И. Программа по ритмической пластике «Ритмическая мозаика» / А.И.Буренина: воспитателям.- Спб.: 2000.- 80с.
Волкова, Г.А. Логопедическая ритмика / Г.А. Волкова. - М.: Просвещение, 2011. - 136 с.
5. Голицына, Н. С. Нетрадиционные занятия физкультурой в ДОУ / Н. С. Голицына. - Москва: Скрипторий, 2010. - 70 с.
6. Голомидова, С. Е. Физкультура. Игровая деятельность: учебное пособие для педагогов / С. Е. Голомидова. - М.: Корифей, 2010. - 112 с.
7. Голомидова, С. Е. Физкультура. Младшая группа: Нестандартные занятия. Учебное пособие для педагогов / С. Е. Голомидова. - М.: Корифей, 2010. - 150 с.
8. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей / О. В. Ерохина. - М.: Феникс, 2013. - 101 с.
9. Жуков, М. Н. Подвижные игры: учебник для студентов педагогических вузов / М. Н. Жуков. - М.: «Академия», 2010. - 160 с.
10. Зарецкая, Н. Танцы в детском саду / Н. Зарецкая, З. Роот. -М.: Айрис - Пресс, 2010. - 112 с.
11. Ковалько, В. И. Азбука физ.минуток для дошкольников / В. И. Ковалько. - Москва: Вако, 2011. - 174 с.
12. Куаншкалиева, А. Р. Физкультурные праздники для дошкольников [Текст] / А. Р. Куаншкалиева. - Владос, 2010. - 104 с.
13. Николаева, Н. И. Школа мяча / Н. И. Николаева. - М.: Детство-Пресс, 2012. - 204 с.
14. Останко, Л. В. Сто веселых упражнений для детей / Л. В. Останко. - СПб.: Корона - принт, 2015. - 160 с.
15. Пензулаева, Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет: пособие для педагогов дошкольного учреждения / Л. И. Пензулаева. - М.: Владос, 2010. - 112 с.
16. Пивоваров, Ю. П., Гигиена и основы экологии человека / Ю. П. Пивоваров, Л. С. Заневич, В. В. Королин. - Ростов - на - Дону: «Феникс», 2010. - 492 с.
17. Плотникова, Н. В. Хочу и могу. Как научить дошкольника эффективному общению и позитивной самооценке / Н. В. Плотникова. – М.: Речь, 2010. - 112 с.
18. Подольская, Е. И. Необычные физкультурные занятия для дошкольников / Е. И. Подольская. - Волгоград: Учитель, 2008. - 165 с.
19. Пустовойтова, М. Ритмика для детей 3 - 7 лет / М. Пустовойтова. - М.: Владос, 2014. - 182 с.

20. Сивачева, Л. Н. Физкультура - это радость!: спортивные игры с нестандартным оборудованием / Л. Н. Сивачёва. - СПб.: детство - пресс, 2013. - 48 с.
21. Симкина, А.А. Музыка, движение и воспитание / А.А. Симкина. - Санкт-Петербург: АРО, 2011. - 168 с.
22. Степанов, С. С. Азбука детской психологии / С. С. Степанов. - Москва, 2014. - 118 с.
23. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для Вузов / Ж.К Холодов., В.С. Кузнецов. - М.: Академия, 2003. — 480 с.
24. Федорин, С. Игры нашего детства / С. Федорин, Ю. Болотина. - М.: Айрис - Пресс, 2011. - 144 с.
25. Филиппова С. О. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения / С. О. Филиппова. - Санкт - Петербург: Детство - пресс, 2015. - 392 с.

Список литературы для родителей и учащихся:

1. Викулов, А. Д. Развитие физических способностей детей / А. Д. Викулов, Л. М. Бутин. - Ярославль: Гринго, 2000. – 172 с.
2. Дубровский, В. И. Движение для здоровья / В. И. Дубровский. - М.: Знание. – 2000. - 240 с.
3. Знаковский, Ю. Ф. Воспитываем детей здоровыми / Ю. Ф. Знаковский. - М.: Медицина, 2001. - 180 с.
4. Кудрявцева, В. Т. Развивающая педагогика оздоровления / В. Т. Кудрявцева. – М.: Линка – Пресс, 2000. – 180 с.
5. Ладутько, Л. К. Познаем мир и себя / Л. К. Ладутько, С. В. Шкляр. - Мн.: «И.В.Ц. Минфина», 2002. – 115с.
6. Недоспасова, В. А. Растем, играя: средний и старший дошкольный возраст: пособия для воспитателей и родителей / В. А. Недоспасова. – М.: Просвещение, 2002. – 94 с.
7. Новоселова, С. Л. Дайте детям поиграть / С. Л. Новоселова, Н. Г. Власова, И. А. Качанова. - Вологда: ВИРО, 2001. – 110 с.
8. Пономарёв, С. А. Для самых маленьких / С. А. Пономарёв. - М.: Знание. – 2002. - 270 с.
9. Тура, А. Ф. Родителям о детях / А. Ф. Тура. - М.: Медицина, 2000. – 245 с.
10. Фридман, Д. Как развить таланты ребенка от рождения до 5 лет / Д. Фридман. - М.: Просвещение, 2001. – 320 с.

Приложение 1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ ДО
«ЦДОД им. В.Волошиной»
И.П. Чередова
« » _____ 2023 г.

**Календарный учебный график
ДООП «Двигайся на здоровье»
2023-2024 учебный год
ПДО Тренёва Е.В.**

Стартовый уровень (72 часа)

**Количество учебных недель – 36, количество дней – 72,
дата начала учебного периода:
с 01.09.2023 по 31.05.2024 г**

Месяц	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
		Раздел 1. Общеразвивающие упражнения	8			
сентябрь		Правила поведения на занятии, техника безопасности в спортивном зале	1	Групповые		беседа
сентябрь		Здоровый образ жизни	1	Групповые		беседа
сентябрь		Знакомство с различными музыкальными инструментами	1	Групповые		творческая работа
сентябрь		Ритм в музыке	1	Групповые		наблюдение
сентябрь		Упражнения для развития ритма	1	Групповые		наблюдение
сентябрь		Игры для развития ритма	1	Групповые		наблюдение
сентябрь		Необходимость выполнения утренней зарядки. Разминка «Часики»	1	Групповые		беседа, наблюдение

сентябрь		Знакомство с различными видами гимнастики	1	Групповые		Наблюдение
		Раздел 2. Основы здорового образа жизни	12			
октябрь		Строение тела человека	1	Групповые		беседа
октябрь		Дыхательная система человека	1	Групповые		беседа
октябрь		Элементы дыхательной гимнастики	1	Групповые		наблюдение
октябрь		Дыхание во время выполнения различных упражнений	1	Групповые		наблюдение
октябрь		Правильная осанка	1	Групповые		беседа, тестирование
октябрь		Проверка осанки у детей сидя, стоя, при ходьбе	1	Групповые		тестирование
октябрь		Комплекс упражнений для осанки «Палочка-выручалочка»	1	Групповые		наблюдение
октябрь		Проверка осанки у детей во время выполнения упражнений	1	Групповые		тестирование
ноябрь		Комплекс упражнений для укрепления мышц спины «Морские жители»	1	Групповые		наблюдение
ноябрь		Комплекс упражнений для укрепления мышц	1	Групповые		наблюдение

		живота				
ноябрь		Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия	1	Групповые		наблюдение
ноябрь		Закрепление пройденного материала. Викторина на тему «Строение тела человека»	1	Групповые		тестирование
		Раздел 3. Упражнения с предметами	12			
ноябрь		Знакомство с различными спортивными предметами	1	Групповые		беседа, наблюдение
ноябрь		Правила техники безопасности, при выполнении упражнений с предметами	1	Групповые		беседа
ноябрь		Комплекс упражнений с мячом	1	Групповые		наблюдение
ноябрь		Комплекс упражнений со скакалкой	1	Групповые		наблюдение
декабрь		Комплекс упражнений с обручем	1	Групповые		наблюдение
декабрь		Подвижные игры с мячом	1	Групповые		наблюдение
декабрь		Подвижные игры со скакалкой	1	Групповые		наблюдение
декабрь		Подвижные игры с обручем	1	Групповые		наблюдение

декабрь		Упражнения для развития меткости с использованием малых мячей	1	Групповые		наблюдение
декабрь		Упражнения с мячом в парах	1	Групповые		наблюдение
декабрь		Прыжки на скакалке на двух ногах и попеременно	1	Групповые		наблюдение
декабрь		Прыжки на скакалке в продвижении	1	Групповые		наблюдение
		Раздел 4. Подвижные игры	12			
январь		Знакомство с различными видами спорта	1	Групповые		беседа
январь		Знакомство детей с играми соревновательного характера	1	Групповые		наблюдение
январь		Эстафета	1	Групповые		наблюдение
январь		Знакомство с разнообразием игр, с использованием различных предметов	1	Групповые		наблюдение
январь		Знакомство с игрой «Гольф»	1	Групповые		наблюдение
январь		Знакомство с игрой «Боулинг»	1	Групповые		наблюдение
январь		Игры с колебросами	1	Групповые		наблюдение
январь		Игра «Мини футбол»	1	Групповые		наблюдение

февраль		Игра «Мини хоккей»	1	Групповые		наблюдение
февраль		Сюжетно-ролевые игры. «Рыбаки и рыбки»	1	Групповые		наблюдение
февраль		Игра «Красочки»	1	Групповые		наблюдение
февраль		Игра «Музыкальный зоопарк»	1	Групповые		наблюдение
		Раздел 5. Игрогимнастика	10			
февраль		Упражнения для развития гибкости	1	Групповые		наблюдение
февраль		Упражнение «Берёзка»	1	Групповые		наблюдение
февраль		Упражнение «Мостик»	1	Групповые		наблюдение
февраль		Подготовка к исполнению несложных акробатических элементов. «Группировка»	1			наблюдение
март		Кувырок «вперёд»	1			наблюдение
март		Кувырок «назад»	1			наблюдение
март		Упражнение на равновесие «Ласточка»	1			наблюдение
март		Упражнения для растяжки «Шпагат»	1			практическая работа

март		Акробатическая комбинация	1			наблюдение
март		Сочинение акробатической комбинации, на основе изученных упражнений	1			творческая работа
		Раздел 6. Азбука танца	18			
март		Танцевальные шаги вперед-назад	1			наблюдение
март		Танцевальные шаги по кругу	1			наблюдение
апрель		Танцевальные движения	1			наблюдение
апрель		Танцевальные движения в парах	1			наблюдение
апрель		Танцевальные движения с предметами	1			наблюдение
апрель		Музыкально-танцевальные игры	1			наблюдение
апрель		Знакомство с танцами народов мира	1			наблюдение
апрель		Хоровод, хороводные игры	1			наблюдение
апрель		Танцевальная комбинация	1			наблюдение
апрель		Сочинение танцевальной комбинации на основе изученных движений	1			творческая работа

май		Танцевальный этюд	1			наблюдение
май		Игры под музыку «Арам зам-зам»	1			наблюдение
май		Игры под музыку «Буги-вуги»	1			наблюдение
май		Игры под музыку «Если нравится тебе...»	1			наблюдение
май		Танцевальная композиция к празднику «Учат в школе»	1			наблюдение
май		Танцевальная композиция к празднику «Пчёлки»	1			наблюдение
май		Танцевальная композиция к празднику «Лето»	1			наблюдение
май		Праздник. Показ разученных танцевальных композиций.	1			наблюдение
Всего: 72 часа						

Рабочая программа воспитания

Аннотация.

Данная программа воспитания отражает процесс и аспекты деятельности объединения для дошкольников «Школа радости», направленные на развитие личности ребенка, его социализации, приобщение его к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в обществе.

Период дошкольного детства является особо значимым для освоения духовно-нравственных ценностей, становления личностной культуры, принятых правил и норм поведения. Именно в дошкольном возрасте закладывается основа системы ценностей, определяющая отношение дошкольника к миру во всем многообразии его проявлений.

Объединение «Школа радости», создавая условия для разностороннего развития личности дошкольника, его творческого потенциала по 8 направлениям- модулям (ФинАЗБУКА, Ментальная арифметика, Лего-конструирование, Занимательный английский, В мире волшебных красок, Азбука эмоций, Мир музыкальных открытий, Двигайся на здоровье), обладает высоким воспитательным потенциалом.

Цель – воспитание у учащихся патриотизма, доброты, дружелюбия, эмоциональной отзывчивости, самостоятельности, дисциплинированности, трудолюбия, бережливости в творческой деятельности в объединении «Школа радости».

Задачи воспитания:

Формировать осознанное представление учащихся старшего дошкольного возраста о качествах: патриотизм, доброта, дружелюбие, дисциплинированность, отзывчивость, самостоятельность, трудолюбие, бережливость;

Прививать любовь к малой родине, родному краю, уважение к труду, бережное отношение к личным и общественным вещам, самостоятельность и дисциплинированность; способствовать развитию доброжелательных отношений с детьми и взрослыми, эмоциональной отзывчивости к произведениям изобразительного искусства, музыкальным и литературным произведениям;

Вырабатывать на практике (занятия, мероприятия) действия, поступки и поведение, воспитывающие патриотизм, доброту, дружелюбие, дисциплинированность, отзывчивость, самостоятельность, трудолюбие, бережливость.

Направления воспитательной деятельности: патриотическое, гражданское, духовно-нравственное, эстетическое, физическое, трудовое, воспитание.

Формы организации воспитания: экскурсия, праздник, творческий проект, мастер-класс, воспитательное мероприятие, квест, литературный час, выставка творческих работ, фотовыставка, акция.

Планируемые результаты воспитания:

Положительная тенденция осознанного представления о качествах: патриотизм, доброта, дружелюбие, дисциплинированность, отзывчивость, самостоятельность, трудолюбие, бережливость;

Привитие любви к малой родине, родному краю, уважение к труду, бережного отношения к личным и общественным вещам, самостоятельности и дисциплинированности; проявление доброжелательного отношения к детям и взрослым, эмоциональной отзывчивости к произведениям изобразительного искусства, музыкальным и литературным произведениям;

Проявление обозначенных качеств в действиях, поступках и поведении учащихся старшего дошкольного возраста.

Календарный план воспитательной работы .

Календарный план воспитательной работы по модульной ДООП «Я познаю мир»

Направление воспитательной деятельности	Дело, событие, мероприятие								
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
гражданское	Праздники на начало учебного года «Здравствуй, Школа радости!», способствовавшие адаптации детей к детскому коллективу, знакомству в игровой форме с правилами общения в «Школе радости»	Экскурсионное занятие «Архитектурная прогулка»	Творческий проект «День народного единства» (знакомство с государственной символикой РФ)	Мастер-класс «Жилища коренных народов Кузбасса»		Творческий проект «Видеопоздравление с Днем защитника Отечества»	Воспитательное мероприятие «Кузбасс. С чего начинается Родина?»	Квест «Юные космонавты»	Экскурсия в музей-заповедник «Здесь началась история Кузбасса»
патриотическое		Экскурсия по Аллее героев с возложением цветов к памятнику погибшим в годы ВОВ	Литературный час для учащихся «Они помогли победить: о животных, участвовавших в Великой Отечественной войне» Патриотическая акция «Рисуем						

									Победу»	
духовно- нравствен ное		Творческий проект «Видеопоздра вление ко Дню Отца»	Творческий проект «Видеопоздра вление ко Дню Матери»	Нового дни е праздни ки с выставк ами творчес ких работ	Воспитате льное мероприят ие «У Лукоморья ...» (по сказкам А.С.Пушк ина)	Воспитательн ое мероприятие «В некотором царстве...» (по русским народным сказкам) Творческий проект «Альманах «Книга сказок»	Выставка творческих работ и видеопоздра вление с Международ ным женским днем	Воспитате льное мероприят ие «Сказки дедушки Корнея» (по сказкам К.Чуковск ого)	Праздники на конец учебного года «Путешест вие в лето!», которые демонстри руют уровень воспитанн ости учащихся	
эстетическ ое		Выставка творческих работ ко Дню Отца	Выставка творческих работ ко Дню Матери							
физическ ое			Воспитательн ое мероприятие «Олимпийски е искорки»			Воспитате льное мероприят ия «Зимние забавы»	Воспитательн ое мероприятие «Праздник Дружбы и добра»			Фотовыста вка, посвященн ая Всемирно му Дню здоровья
трудовое		Выставка творческих работ «Лего- архитектура родного города»				Мастер- класс «Встречае м Рождество »				