Департамент Смоленской области по образованию и науке

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Кирилловский детский сад «Теремок»

Принята на заседании
педагогического совета
от 31 августа 2023 г.
Протокол № 1

Утверждена
приказом по МБДОУ
«Кирилловский детский сад
«Теремок»
от 31 августа 2023 г. № 52 о/д

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Здоровячок»

Возраст обучающихся: 5-6 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Белоусова Ольга Николаевна,
педагог дополнительного
образования

д.Малые Кириллы
2023 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здоровячок» (далее - программа) разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ;
- «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Приказ от 27 июля 2022 г. N 629);
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение правительства РФ от 31 марта 2022 года N 678-р);
- СанПиН 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09. 2020 г. № 28);
- Распоряжением правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Минобрнауки РФ «О направлении информации» от 18 ноября 2015 г. N 09- 3242);
- Уставом МБДОУ «Кирилловский детский сад «Теремок»;
- Социальным заказом родителей.

Обучение по программе осуществляется на русском языке.

Направленность-физкультурно-спортивная.

Актуальностью программы является её востребованность среди дошкольников и их родителей (законных представителей) по результатам мониторинговых исследований «Заказ на оказание образовательных услуг МБДОУ «Кирилловский детский сад «Теремок», а также в желании детей заниматься спортом.

Новизна программы: программа позволяет всем желающим детям 5-6 лет развиваться физически и наполнить полезной деятельностью свое свободное время.

- Рассматривается под оздоровительным аспектом.
- Специальные упражнения**:** на развитие больших мышечных групп (особенно мышц спины и брюшного пресса); для укрепления мышечного корсета позвоночника, формирующего правильную осанку; для укрепления мышечно-связочного аппарата, формирующего правильный свод стопы.

Все упражнения выполняются в более спокойном темпе.

- Занятия построены с учетом возрастных критериев.

- Проводится в тесном сотрудничестве с семьями воспитанников.

Педагогическая целесообразность: Одной из главных задач обучения и воспитания детей на занятиях автор программы видит в развитии физических способностей ребенка, творческого нестандартного подхода к реализации задания, воспитания трудолюбия, интереса к практической деятельности, радости открытия для себя чего-то нового.

Программа доступна для мотивированных детей дошкольного возраста 5-6 лет.

Программа доступна для детей 5-6 лет с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, не имеющих медицинских противопоказаний.

Программа доступна для детей 5-6 лет, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры.

Программа доступна для детей 5-6 лет, проживающих в сельской местности и на труднодоступных и отдалённых территориях.

Программа доступна для детей 5-6 лет, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Учреждение (адрес): муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Кирилловский детский сад «Теремок» (216520, Смоленская область, Рославльский район, деревня Малые Кириллы, ул. Ельнинская, д. 21 А).

Количество часов по программе в год- 36 часов.

Сроки реализации – сентябрь-май.

По продолжительности реализации программа – одногодичная.

Режим занятий: занятия проводятся с группой 1 раз в неделю по 25 минут.

Форма организации образовательного процесса – групповая.

По содержанию деятельности – интегрированная.

Уровень сложности – стартовый.

По уровню образования – общеразвивающая.

Формы занятий: в процессе реализации программы используются разнообразные формы занятий:

1 неделя – сюжетные занятия (путешествие, игра),
2 неделя – традиционные занятия (комбинированные),
3 неделя – традиционные занятия (сентябрь-декабрь, май), аэробика (январь-апрель).
4 неделя – занятия, построенные на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх.

На занятиях у обучающихся формируется правильная осанка. Развиваются и совершенствуются двигательные умения и навыки, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Занятия состоят из нескольких частей, объединенных одной темой.

Обязательными условиями проведения занятий являются:

- использование игровых методов преподавания;
- смена видов деятельности;
- положительная оценка личных достижений каждого учащегося;
- отсутствие каких – либо отметок и домашних заданий.

В процессе занятий важна доброжелательность, творческая атмосфера, когда ребенок может высказывать свои мысли вслух, не боясь того, что его засмеют или подвергнут критике.

Учебный материал преподносится доступно, дети должны учиться с удовольствием, а значит – успешно. Достичь этой триады (доступно – с удовольствием – успешно) помогает основной метод проведения занятий, соответствующий основному виду детской деятельности - игра.

Цель программы: формирование у обучающихся интереса к спорту и здоровому образу жизни.

Задачи программы:

Обучающие:

- сформировать знания, умения, навыки, потребность в здоровом образе жизни;
- совершенствовать развитие двигательных способностей детей и физических качеств (силы, выносливости, гибкости, подвижности в суставах, ловкости);
- обеспечить всестороннюю физическую подготовку с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений.

Воспитательные:

- воспитывать эмоционально-положительные отношения и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности;
- воспитывать трудолюбие, дисциплину, волевые качества, чувства коллективизма и взаимопомощи;
- совершенствовать у обучающихся культуру общения и поведения в социуме.

Развивающие:

- развить познавательный интерес и мотивацию к спорту;
- укреплять здоровье обучающихся;
- содействовать правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности детей;
- формировать потребность в самопознании и саморазвитии;
- укреплять мышцы, формирующий свод стопы;

- укреплять мышечный корсет позвоночника, формирующий навык правильной осанки.

Ожидаемые результаты:

Предметные образовательные результаты:

- **Теоретическая подготовка:**

-знать значение правильного режима дня юного спортсмена, разбор и изучение правил игры, правила использования спортивным инвентарём,

- иметь представления о значении двигательной активности в жизни человека,

-уметь использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем,

-иметь представления об активном отдыхе,

-иметь представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

- **Предметно-практическая подготовка:**

- осознанно выполнять движения;

-самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество;

-придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Метапредметные результаты;

(***Универсальные учебные действия-УУД***)**:**

- **Познавательные:** умение работать с информацией, решать познавательные задачи, учебно-исследовательские умения;

- **Коммуникативные:** умение слушать, воспринимать информацию, эффективно общаться и сотрудничать с другими людьми, вести полемику и вступать в диалог;

- **Регулятивные:** умение ставить цели, планировать свою деятельность, организовывать свое рабочее место, соблюдение правил безопасности, навыки контроля и самоконтроля, самооценки себя и своей деятельности, умение оценивать продукты своего труда.

Личностные результаты:

 Мотивационные, эмоциональные качества: умение управлять своими эмоциями, потребность к выражению себя в спорте;

 Организационно-волевые качества: терпение, воля, настойчивость, умение контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;

 Поведенческие качества: целеустремленность, ответственность, сознательность, бережливость, трудолюбие;

 Ценностные качества: установки, убеждения, взгляды, ценностные ориентации и ценностные отношения к делу, к людям, к товарищам, к себе, уважительное отношение к спорту.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие: Сбор урожая.	1	0,5	0,5	Диагностика физического развития
2.	Сюжетные занятия: 1.Экскурсия в осенний лес. 2.Путешествие по родной деревне. 3.Мы туристы. 4.Зимние забавы. 5.Пожарные на учениях. 6.Мы циркачи. 7.Мы космонавты. 8.Олимпийские звёзды.	8	0	8	Наблюдение, творческие задания, игры
3.	Традиционные занятия: 1.Весёлое соревнование. 2.Режим дня юного спортсмена. 3.Тренировка. 4.Укрепление организма. 5.Развиваем гибкость и подвижность суставов. 6.Круговая тренировка. 7.Правила игры. 8.Значение двигательной активности в жизни человека. 9.Поиграем. 10.Поспеши. 11.Техника выполнения движений. 12.Мы весёлые ребята. 13.Движение - жизнь. 14.Техника выполнения движений.	14	2	12	Наблюдение, беседа, игра
4.	Занятия с элементами аэробики: Аэробика.	4	0,5	3,5	Наблюдение, беседа, игра
5.	Занятия, построенные на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх: Эстафеты, соревнования, подвижные игры.	8	0	8	Наблюдение, беседа, игра
6.	Итоговое занятие: Чему мы научились.	1	0	1	Диагностика физического развития
	Итого:	36	3	33	

Содержание учебного плана

Содержание
включает:
- приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны),
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
-становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

- **Вводное занятие «Сбор урожая».**

Теория. На первом занятии педагог сообщает детям о правилах поведения, о том, что необходимо иметь на занятии. Ознакомление обучающихся с содержанием программы. Организационные вопросы.

Практика. Создание игровой мотивации «Сбор урожая». Первичная диагностика. Ходьба: обычная; на носках, руки вверх; в полуприседе, руки в стороны. Бег: с изменением темпа, остановкой по сигналу. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ с малыми мячами. Ходьба по скамейке, неся корзину. Прыжки на двух ногах. Игра «Огородники».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнение для профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек». Построение.

2. Традиционное занятие «Весёлое соревнование».

Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с понятием «круговая тренировка».

Практика. Создание игровой мотивации. Ходьба: обычная, на носках, на пятках, врассыпную. Бег: обычный, с высоким подниманием коленей, с захлёстыванием голени назад. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ с малыми мячами. Ходьба по скамейке. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Эстафета «Весёлое соревнование».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнение на развитие гибкости и подвижности суставов. Построение. Итог.

3. Традиционное занятие «Режим дня юного спортсмена».

Теория. Режим дня юного спортсмена.

Практика. Создание игровой мотивации. Построение в шеренгу. Ходьба в колонне: обычная, с перекатом с пятки на носок, парами, на носках. Бег: мелким и широким шагом, врассыпную. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ со скакалками. Ползание на четвереньках «змейкой» между кеглями. Ходьба по скамейке. Игра «Подбрось – поймай». Игра «Удочка».

Ходьба с восстановлением дыхания. Пальчиковая гимнастика. Построение. Итог.

4. Эстафеты, соревнования, подвижные игры.

Практика. Создание игровой мотивации. Построение в шеренгу. Игровое занятие «Найди своё место в колонне». Эстафета «Перенеси овощи в корзину».

Эстафета «Пингвины с мячом». Игровое задание «Кто быстрее проползёт». Игровое задание «Попади в ворота». Упражнение «Стань сильным».

Дыхательная гимнастика «Гони шарик». Упражнения на расслабление. Построение. Итог.

5. Сюжетное занятие «Экскурсия в осенний лес».

Практика. Построение в шеренгу. Создание игровой мотивации. Перестроение в колонну. Ходьба: в глубоком приседе, с поворотом туловища назад. Бег: змейкой, широким шагом, с преодолением препятствий. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ «Тренировка велосипедиста». Ходьба по шнуру. Ползание на средних четвереньках «змейкой». Броски мяча об пол поочерёдно левой и правой рукой и ловля его. Игра «Стой».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнение для профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек». Построение. Итог.

6. Традиционное занятие «Тренировка».

Практика. Построение в шеренгу. Повороты на месте прыжком. Перестроение в круг. Ходьба с выполнением заданий. Бег: со сменой ведущего, с остановкой на звуковой сигнал. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ с большими мячами. Ходьба по шнуру. Ведение мяча одной рукой в движении. Игра «Коршун и наседка».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнения для развития гибкости. Построение. Итог.

7. Традиционное занятие «Укрепление организма».

Практика. Построение в шеренгу. Ходьба: по кругу на носках, на пятках, выпадами, спиной вперёд. Бег: длинной «змейкой» и короткой, с поворотом кругом. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ с большими мячами. Прыжки. Ходьба по шнуру с мешочком на голове. Игра «Ловишка с мячом».

Ходьба с восстановлением дыхания. Пальчиковая гимнастика. Построение. Итог.

8. **Эстафеты, соревнования, подвижные игры.**

Практика. Создание игровой мотивации. Построение в шеренгу. Расчёт на первый-второй. Ходьба: обычная, спиной вперёд, на высоких четвереньках, с приседанием. Игра «Встречные перебежки».

Игровое задание «Через кочки». Большая прыжковая эстафета. Эстафета «Пронеси предмет».

Дыхательная гимнастика «Гони шарик». Упражнения на расслабление. Построение. Итог.

9. Сюжетное занятие «Путешествие по родной деревне.

Практика. Построение. Повороты. Перестроение. Ходьба: обычная, на носках. Бег: противоходом, с ускорением, с остановкой. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ с логоритмикой. Ходьба по скамейке. Прыжки через препятствие. Игра «Попади в яблочко».

Упражнение для профилактики плоскостопия с платочками «Собери платочек в маленький комочек». Построение. Итог.

10. Традиционное занятие «Развиваем гибкость и подвижность суставов».

Практика. Построение в шеренгу. Повороты на месте кругом. Перестроение. Ходьба: обычная, с заданиями для рук. Бег: обычный, высоко поднимая колени, по сигналу врассыпную. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ с логоритмикой. Перебрасывание мяча в парах из положения снизу, от груди с расстояния 1,5-2 м. Прыжки на двух ногах, на одной ноге с продвижением вперёд. Игра «Медведи и пчёлы».

Упражнения для развития гибкости и подвижности в суставах. Построение. Итог.

11. Традиционное занятие «Круговая тренировка».

Практика. Построение. Перестроение. Ходьба: обычная, с закрытыми глазами. Бег: семенящим шагом, высоко поднимая колени, обычный в чередовании с прыжками на одной ноге по сигналу. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ на гимнастической скамейке. Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками. Лёгкий бег по скамейке, в конце присесть и прыгнуть вверх в обруч. Перебрасывание мяча в парах из-за головы, стоя, сидя с расстояния 2 м. Эстафета парами.
Ходьба с восстановлением дыхания. Пальчиковая гимнастика. Построение. Итог.

12. Эстафеты, соревнования, подвижные игры.

Практика. Создание игровой мотивации. Построение в шеренгу. Повороты на месте. Перестроение. Ходьба: обычная, парами. Бег: обычный, с остановкой на звуковой сигнал. Ходьба с восстановлением дыхания.

Эстафеты: ходьба по дорожке с поворотом вокруг себя посередине, прыжки на двух ногах с продвижением вперёд, подбрасывание мяча вверх и удары вниз об пол двумя руками. Игра «Ловишки с приседанием».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнение на развитие мышечной силы «Стань сильным». Дыхательная гимнастика «Гони шарик». Упражнения на расслабление. Построение. Итог.

13. Сюжетное занятие «Мы туристы».

Практика. Построение в шеренгу. Создание игровой мотивации. Расчёт на первый, второй. Перестроение. Ходьба: обычная, с перешагиванием через предметы. Бег: с преодолением препятствий. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ «Тренировка туриста перед походом». Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками, с рюкзаком. Ходьба по скамейке с закрытыми глазами. Перебрасывание мяча в парах. Эстафета с рюкзаками.

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнение для профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек». Построение. Итог.

14. Традиционное занятие «Правила игры».

Практика. Построение в шеренгу. Ходьба: обычная, высоко поднимая колени, спиной вперёд. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ в парах. Ходьба по скамейке с выполнением движений. Ползание по прямой по залу, прокатывая перед собой мяч головой. Прыжки со скамейки на мягкое покрытие. Игра «Мороз – красный нос».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнение для развития гибкости и подвижности в суставах. Построение. Итог.

15. Традиционное занятие «Значение двигательной активности в жизни человека».

Теория. Значение двигательной активности в жизни человека.

Практика. Построение в шеренгу. Перестроение в колонну. Ходьба: обычная, на носках, на пятках, на высоких четвереньках. Бег: обычный, высоко поднимая колени, пронося прямую ногу через сторону, врассыпную. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ в парах. Перелезание через скамейку. Прыжки на скамейку и спрыгивание. Ходьба по скамейке. Игра «Охотники и звери».

Ходьба с восстановлением дыхания. Пальчиковая гимнастика. Построение. Итог.

16. **Эстафеты, соревнования, подвижные игры.**

Практика. Создание игровой мотивации. Построение в шеренгу. Перестроение. Ходьба: обычная, на носках, на пятках, по сигналу с поворотом кругам. Игра «Уголки».

Эстафеты: «Перелезь и подлезь», эстафета прыжков. Игра «Мяч капитану».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнение на развитие мышечной силы «Стань сильным». Дыхательная гимнастика «Гони шарик». Упражнения на расслабление. Построение. Итог.

17. **Сюжетное занятие «Зимние забавы».**

Практика. Построение. Создание игровой мотивации. Перестроение. Ходьба: обычная, имитационная (лыжник, конькобежец), в сочетании с прыжками на двух ногах. Бег: обычный, с преодолением «снежных преград». Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ «Со снежками» (с малыми мячами). Метание малых мячей вдаль правой и левой рукой на расстоянии 5 м. Ползание по наклонной доске. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Игра «Ловишки с мячом».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнение для профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек». Построение. Итог.

18. **Традиционное занятие «Поиграем».**

Практика. Построение в шеренгу. Перестроение в колонну. Ходьба: по кругу, взявшись за руки. Бег: обычный, присесть по сигналу. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ «Со снежками» (с малыми мячами). Прыжки в длину с места. Метание малых мячей правой и левой рукой на расстоянии 3,5 м. Игра «Мышеловка».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнение для развития гибкости и подвижности в суставах. Построение. Итог.

19. Аэробика.

Теория. Аэробика.

Практика. Построение. Перестроение. Ходьба: парами, в колонне по одному с притопами и прихлопами на каждый шаг. Бег: со сменой направления по сигналу.

Аэробика. Метание малого мяча в вертикальную цель с расстояния 3,5 м. ходьба по скамейке с выполнением заданий. Прыжок в длину с места. Игра «Ловля обезьян».

Ходьба с восстановлением дыхания. Пальчиковая гимнастика. Построение. Итог.

20. **Эстафеты, соревнования, подвижные игры.**

Практика. Создание игровой мотивации. Построение в шеренгу. Перестроение. Ходьба: обычная, расхождение через середину по одному в правую и левую стороны, перекатом с пятки на носок, с поворотом кругом прыжком по сигналу. Бег: «змейкой», со сменой ведущего по сигналу.

Эстафеты: «Кто скорее», «Кто дальше», «Подлезь и не задень». Игровое упражнение «Попади в корзину». Игровое упражнение на развитие мышечной силы «Стань сильным».

Дыхательная гимнастика «Подуй на снежок». Построение. Итог.

21. **Сюжетное занятие «Пожарные на учениях».**

Практика. Построение в шеренгу. Создание игровой мотивации. Ходьба: обычная, шеренгой, по сигналу принять и.п. лёжа. Бег: обычный, приставным шагом вправо-влево, с изменением темпа, со сменой направляющего. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ с гимнастическими палками. Ползание до обозначенного места. Лёгкий бег. Прыжки через длинную скакалку. Игра «Пустое место».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнение для профилактики плоскостопия с платочками «Собери платочек в маленький комочек». Построение. Итог.

22. **Традиционное занятие «Поспеши».**

Практика. Построение в шеренгу. Перестроение в колонну. Ходьба: обычная, широкой «змейкой», выпадами, спиной вперёд. Бег: обычный, между предметами широкой «змейкой», по сигналу присесть, руки вперёд. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ с гимнастическими палками. Прыжки через скакалку. Ползание по-пластунски «змейкой» между предметами. Ходьба по скамейке, высоко поднимая колени. Игра «Поспеши, но не урони».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнение для развития гибкости и подвижности суставов. Построение. Итог.

23. **Аэробика.**

Практика. Построение. Ходьба со сменой упражнения: на носочках, на пятках. Бег: обычный, с изменением темпа, с захлёстыванием голени. Ходьба с восстановлением дыхания.

Аэробика. Ползание по-пластунски в сочетании с перебежками. Перебрасывание мяча. Игра «Кто летает».

Пальчиковая гимнастика. Построение. Итог.

24. **Эстафеты, соревнования, подвижные игры.**

Практика. Создание игровой мотивации. Построение в шеренгу. Перестроение. Ходьба: на носках, на пятках, высоко поднимая колени. Бег: на носках, по сигналу врассыпную. Ходьба с восстановлением дыхания. Расчёт на первый-второй. Перестроение.

Эстафеты: «Не потеряй груз». Игровое упражнение «Проведи мяч в ворота». Игровое упражнение «Доберись и подай сигнал». Упражнение на развитие мышечной силы «Стань сильным».

Дыхательная гимнастика «Подуй на снежок». Построение. Итог.

25.**Сюжетное занятие «Мы циркачи».**

Практика. Построение. Создание игровой мотивации. Построение в один, в два круга – на «арене цирка». Ходьба: обычная, имитация ходьбы гимнастов, имитация ходьбы силачей. Бег: обычный, «змейкой», ускоряя и замедляя шаг, с высоким подниманием коленей, через препятствия. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ с гантелями (кегли). Прыжок вверх с 3-4 шагов. Перебрасывание мяча. Игра «Проведи мяч по кругу».

Упражнение для профилактики плоскостопия с платочками «Собери платочек в маленький комочек». Построение. Итог.

26. **Традиционное занятие «Техника выполнения движений».**

Теория. Техника выполнения движений.

Практика. Построение. Ходьба: обычная, скрёстным шагом вправо-влево. Бег: обычный, со сменой направления, спиной вперёд. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ с гантелями (кегли). Броски мяча маленького диаметра из одной руки в другую. Перешагивание через конусы. Ходьба по скамейке с выполнением заданий. Игра «Горелки».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнения для развития гибкости и подвижности в суставах. Построение. Итог.

27. **Аэробика.**

Практика. Построение. Ходьба со сменой упражнения на каждые 4 счёта: ходьба на носках, руки вверх; правым боком, руки на поясе; спиной вперёд; левым боком, руки на поясе. Бег: обычный, с изменением темпа, с захлёстыванием голени. Ходьба с восстановлением дыхания.

Аэробика. Ползание по-пластунски в сочетании с перебежками. Прыжок вверх с 3-4 шагов. Игра «Охотники и звери».

Ходьба с восстановлением дыхания. Пальчиковая гимнастика. Построение. Итог.

28. **Эстафеты, соревнования, подвижные игры.**

Практика. Создание игровой мотивации. Построение в шеренгу. Повороты на месте в шеренге, колонне. Ходьба со сменой ведущего. По сигналу прыжки на месте. Бег «змейкой», по сигналу остановка. Ходьба с восстановлением дыхания. Расчёт на первый-второй. Перестроение.

Эстафеты: «Сумей попасть». Игровое упражнение «Сделай меньше прыжков». Игровое упражнение «Попади в обруч». Игра «Караси и щука».

Упражнение на развитие мышечной силы «Стань сильным».

Дыхательная гимнастика «Подуй на снежок». Построение. Итог.

29. **Сюжетное занятие «Мы космонавты».**

Практика. Построение. Ходьба: выпадами, руки на поясе. Бег: обычный, широким шагом. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ с обручем. Прыжок в высоту с разбега. Подлезание под 2 дуги правым и левым боком. Держа в руке маленький мяч – «Выход в космос». Перебрасывание мяча из одной руки в другую. Игра «Третий лишний».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнение для профилактики плоскостопия с платочками «Собери платочек в маленький комочек». Построение. Итог.

30. **Традиционное занятие «Мы –весёлые ребята».**

Практика. Построение. Ходьба: с перестроением в пары в движении, на высоких четвереньках, спиной вперёд. Бег: медленный, «змейкой», с остановкой на сигнал. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ с обручем. Перебрасывание мяча из положения снизу в паре на расстоянии 1,5-2 м. Пролезание правым и левым боком в обручи, приподнятые от пола на расстоянии 15 см. Прыжок в высоту с разбега. Игра «Мы – весёлые ребята».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнения для развития гибкости и подвижности в суставах. Построение. Итог.

31. **Аэробика.**

Практика. Построение. Ходьба: в колонне по одному, с расхождением в правую и левую стороны по одному, с притопами и прихлопами. Бег: приставным шагом правым и левым боком, руки на поясе. Ходьба с восстановлением дыхания.

Аэробика. Ползание по-пластунски в сочетании с перебежками. Перебрасывание набивного мяча из положения снизу в паре на расстоянии 2 м. Прыжок в высоту (высота 40 см) с разбега. Игра «Волк во рву».

Ходьба с восстановлением дыхания. Пальчиковая гимнастика. Построение. Итог.

32. **Эстафеты, соревнования, подвижные игры.**

Практика. Создание игровой мотивации. Построение в шеренгу. Ходьба: в колонне со сменой ведущего, короткой и длинной «змейкой». По сигналу прыжки на месте. Бег: длинной «змейкой», по сигналу врассыпную. Ходьба с восстановлением дыхания.

Эстафеты: «Кто быстрее», «Обеги кегли» «Пронеси волан и не урони». Игра «Ловишка, бери ленту».

Упражнение на развитие мышечной силы «Стань сильным».

Дыхательная гимнастика «Подуй на ленточку». Построение. Итог.

33. Сюжетное занятие «Олимпийские звёзды».

Практика. Построение в шеренгу. Ходьба: обычная, перестроение в колонну парами и обратно. Бег челночный в медленном темпе. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ со шнуром. Ползание по скамейке с выполнением заданий. Перебрасывание мяча из положения снизу на расстоянии 2,5 м. Ходьба по лесенке с мешочком на голове. Игровое упражнение «Быстрые и ловкие».

Упражнение для профилактики плоскостопия с платочками «Собери платочек в маленький комочек». Построение. Итог.

34. **Традиционное занятие «Движение - жизнь».**

Практика. Построение. Ходьба: обычная, широким шагом, на низких четвереньках спиной вперёд. Бег: в медленном темпе по пересечённой местности. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ с длинным шнуром. Прыжки в длину с разбега. Перешагивание через конусы. Ходьба по скамейке с выполнением заданий. Игра «Лиса и куры».

Ходьба с восстановлением дыхания. Упражнения для развития гибкости и подвижности в суставах. Построение. Итог.

35. **Традиционное занятие «Техника выполнения движений».**

Практика. Построение. Ходьба: перекатом с пятки на носок. Бег 20-30 м. Ходьба с восстановлением дыхания.

Метание теннисного мяча на дальность правой и левой рукой. Прыжок в длину с разбега. Ползание по скамейке с выполнением заданий. Игра «Лесная эстафета».

Ходьба с восстановлением дыхания. Пальчиковая гимнастика. Построение. Итог.

36. **Итоговое занятие «Чему мы научились».**

Практика. Построение в шеренгу. Ходьба с различными положениями рук. Бег на короткую дистанцию 10м, 30 м. Ходьба с восстановлением дыхания. Расчёт на первый-второй. Перестроение.

Метание теннисного мяча на дальность правой и левой рукой. Прыжки в длину с разбега. Ходьба с мешочком на голове прямо и боком приставным шагом. «Школа мяча».

Построение. Подведение итогов работы за год.

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения заниятий	Форма занятия	Кол-во часов на группу	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	4	16.00-16.25	занятие-игра	1	Сбор урожая.	зал	диагностика физического развития
2.	сентяб	11	16.00-	комбинирован	1	Весёлое	зал	наблюдение,

	рь		16.25	ное		соревнование.		беседа
3.	сентябрь	18	16.00-16.25	комбинированное	1	Режим дня юного спортсмена.	зал	наблюдение, игра
4.	сентябрь	25	16.00-16.25	комбинированное	1	Эстафеты, соревнования, подвижные игры.	зал	наблюдение, беседа, игра
5.	октябрь	2	16.00-16.25	занятие-путешествие	1	Экскурсия в осенний лес.	зал	наблюдение
6.	октябрь	9	16.00-16.25	комбинированное	1	Тренировка.	зал	наблюдение
7.	октябрь	16	16.00-16.25	комбинированное	1	Укрепление организма.	зал	наблюдение
8.	октябрь	23	16.00-16.25	комбинированное	1	Эстафеты, соревнования, подвижные игры.	зал	наблюдение, беседа, игра
9.	ноябрь	13	16.00-16.25	занятие-путешествие	1	Путешествие по родной деревне.	зал	наблюдение, творческое задание
10.	ноябрь	20	16.00-16.25	комбинированное	1	Развиваем гибкость и подвижность суставов.	зал	наблюдение, беседа, игра
11.	ноябрь	27	16.00-16.25	комбинированное	1	Круговая тренировка. .	зал	наблюдение
12.	ноябрь	4	16.00-16.25	комбинированное	1	Эстафеты, соревнования, подвижные игры.	зал	наблюдение,игра
13.	декабрь	11	16.00-16.25	занятие-путешествие	1	Мы туристы.	зал	наблюдение, творческое задание
14.	декабрь	18	16.00-16.25	комбинированное	1	Правила игры.	зал	наблюдение
15.	декабрь	25	16.00-16.25	комбинированное	1	Значение двигательной активности в жизни человека.	зал	наблюдение
16	декабрь	8	16.00-16.25	комбинированное	1	Эстафеты, соревнования,	зал	наблюдение

						подвижные игры.		
17.	январь	15	16.00-16.25	занятие-игра	1	Зимние забавы.	зал	наблюдение, творческое задание
18.	январь	22	16.00-16.25	комбинированное	1	Поиграем.	зал	наблюдение
19.	январь	29	16.00-16.25	комбинированное	1	Аэробика.	зал	наблюдение
20.	январь	5	16.00-16.25	комбинированное	1	Эстафеты, соревнования, подвижные игры.	зал	наблюдение, игра
21.	февраль	12	16.00-16.25	занятие-игра	1	Пожарные на учениях.	зал	наблюдение, творческое задание
22.	февраль	19	16.00-16.25	комбинированное	1	Поспеши.	зал	наблюдение
23.	февраль	26	16.00-16.25	комбинированное	1	Аэробика.	зал	наблюдение, игра
24.	февраль	4	16.00-16.25	комбинированное	1	Эстафеты, соревнования, подвижные игры.	зал	наблюдение
25.	март	11	16.00-16.25	занятие-игра	1	Юные циркачи.	зал	наблюдение, творческое задание
26.	март	18	16.00-16.25	комбинированное	1	Техника выполнения движений.	зал	наблюдение
27.	март	25	16.00-16.25	комбинированное	1	Аэробика.	зал	наблюдение, игра
28.	март	1	16.00-16.25	комбинированное	1	Эстафеты, соревнования, подвижные игры.	зал	наблюдение
29.	апрель	8	16.00-16.25	занятие-игра	1	Мы - космонавты.	зал	наблюдение, творческое задание
30.	апрель	15	16.00-16.25	комбинированное	1	Мы весёлые ребята.	зал	наблюдение
31.	апрель	22	16.00-16.25	комбинированное	1	Аэробика.	зал	наблюдение

32.	апрель	29	16.00-16.25	комбинированное	1	Эстафеты, соревнования, подвижные игры.	зал	наблюдение
33.	апрель	6	16.00-16.25	занятие-игра	1	Олимпийские звёзды.	зал	наблюдение, творческое задание
34.	май	13	16.00-16.25	комбинированное	1	Движение – жизнь.	зал	наблюдение
35.	май	20	16.00-16.25	комбинированное	1	Техника выполнения движений.	зал	наблюдение,беседа
36	май	27	16.00-16.25	комбинированное	1	Чему мы научились.	зал	диагностика физического развития

Методическое обеспечение программы

Цель моей педагогической деятельности - обеспечение высокого уровня качества знаний обучающихся, привитие им навыков самостоятельной учебной деятельности, необходимых для успешного продолжения образования в школе, формирование у детей активной познавательной позиции.

Моя методическая система основывается на многолетнем личном педагогическом опыте и требованиях современного образовательного стандарта.

Достижение поставленных целей видится мне возможным через решение следующих задач:

- развивать познавательный интерес к процессу обучения;
- развивать мышление, память, внимание, воображение;
- формировать умения приобретать знания, то есть учить учиться;
- создавать ситуации успеха для каждого ребенка;
- развивать физические способности обучающихся в процессе обучения.

Приоритетными воспитательно-развивающими задачами считаю:

- формирование положительной мотивации обучающихся;
- развитие познавательных мотивов, интересов, инициативности, любознательности на основе связи трудового образования с жизненным опытом и системой ценностей ребёнка.

Вся моя методическая система работает на результат.

Использование нестандартных уроков вызывают у обучающихся интерес к предмету (занятие-путешествие, занятие-игра и др.). Эти активные формы обучения никогда не оставляют ребят равнодушным и вызывают повышенный интерес к занятиям.

Методика составления комплексов, как и обычное физкультурное занятие, состоит из трех частей.

В *подготовительную часть* включают несложные общеразвивающие и корригирующие упражнения. Темп выполнения – медленный, умеренный и средний, дозировка – 6-8 повторений. В *основную часть* входят специальные упражнения из положения, лежа на спине, на боку и на животе. В этих положениях легче следить за выпрямленным телом, мышцы не испытывают длительной статической нагрузки, как при держании тела в положении стоя и сидя. Для профилактики плоскостопия используют упражнения с мелкими предметами (карандашами, игрушками от киндер-сюрприза, детали мелкого конструктора и др.), предлагают детям захватывать предметы пальцами ног; рисовать, зажав карандаш пальцами ног. Дозировка упражнений зависит от возраста детей, в среднем – 8-16 раз. Все упражнения обязательно исполняются в обе стороны. Во время физической нагрузки важно научить ребенка правильно дышать через нос, совершенно свободно, без малейшего напряжения. *Заключительная часть* строится из упражнений на расслабление (релаксацию), выполняемых в и. п. лежа на спине, дыхательных упражнений и специальных – на ощущение правильной осанки или подвижной игре малой активности.

Дозировка упражнений зависит от возраста детей: для детей 4-5 лет каждое упражнение в среднем повторяется 6-8 раз, для детей 5-6 лет каждое упражнение повторяется 8-10 раз, 6-7 лет 10-12раз. Упражнения чередуются с более длительными и разнообразными паузами отдыха.

Моторная плотность занятий может быть невысокой – это обусловлено тем, что учитывается индивидуальный характер выполнения каждого упражнения. Дозировка увеличивается постепенно, по мере освоения техники выполнения.

С детьми 5-6лет при обучении физическим упражнениям используем показ, имитацию, зрительные, слуховые ориентиры. Словесные приемы сочетаются с показом и помогают уточнить технику упражнений.

С детьми 5-6 лет с расширением двигательного опыта детей увеличивается роль словесных приемов (объяснения, команды и др.) без сопровождения показом, применяем словесные наглядные пособия (фотография, рисунки).

Для сохранения ритма и темпа движений при выполнении упражнений применяются:

· ритмическое музыкальное сопровождение;
· четкие команды;
· звуковой сигнал.

Все занятия с детьми 5-6 лет проводятся в игровой форме, используя упражнения, которые имитируют движения животных (например «кошечка», «змея») или других, не менее симпатичных объектов (например «самолет», «лодочка»), которые выполняются детьми совместно с инструктором по физической культуре. Корригирующая гимнастика и подвижные игры проводятся с использованием спортивного оборудования коррекционного характера.

Для детей 5-6 лет комплексы упражнений усложняются, используются задания по карточкам-схемам, наглядные пособия, загадки, соответствующие сюжету комплекса.

Для всех возрастных групп на занятие применяется художественное слово. Все это способствует повышению интереса и активности детей, а, следовательно, более качественному выполнению упражнений.

Во время выполнения упражнений следует следить за дыханием ребенка.

На занятиях у детей применяется логоритмика.

Когда дети разучат все упражнения на снарядах и тренажерах, занятия проводятся в форме круговой тренировки. Круговая тренировка обеспечивает индивидуально-максимальную нагрузку на каждого ребенка. Он сам задает темп и регулирует нагрузку. Моя задача – создать условия, настроить, проследить, подсказать, направить, скорректировать движение, то есть обеспечить индивидуально-дифференцированный подход к каждому ребенку, учитывая его особенности

На занятиях используем подвижные игры, направленные на формирование навыка правильной осанки и на укрепление мышц туловища и ног.

Проводится самомассаж в игровой форме.

Виды основных движений:

-Упражнения в ходьбе,

-Упражнения в беге,

-Упражнения в катании, бросании, ловле, метании,

-Упражнения в ползании и лазанье,

- Упражнения в равновесии.

Для эффективного использования времени на занятиях внедряю следующие современные элементы педагогических технологий: построение содержания обучения на концептуальной основе; игровые, информационно-коммуникативные технологии.

Материально-техническое обеспечение Программы

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала, так же как и группового помещения должна ориентироваться на концептуальные подходы рамочной конструкции зонирования пространства помещения (деление его на рабочую, спокойную и активную зоны).

Физкультурный зал - среда физического развития. И придерживаясь принципа зонирования пространства, все зоны могут трансформироваться в зависимости от задач, решаемых на занятии и возраста детей.

Рабочая зона физкультурного зала включает в себя: ковёр, магнитофон.

Спокойная зона предполагает наличие ковра, который позволяет проводить релаксационные упражнения.

Активная зона занимает все свободное пространство физкультурного зала.

№п/п	Наименование	
1.	Методы, формы, технологии обучения	• Информационно – коммуникационная технология • Технология развития критического мышления • Технология развивающего обучения • Здоровьесберегающие технологии • Технология проблемного обучения • Игровые технологии: праздники, развлечения, беседы, игры (подвижные, дидактические, головоломки «Третий лишний», «Кто это, что

		это?»; игры-состязания). • Технология интегрированного обучения • Педагогика сотрудничества. • Групповые технологии. • Традиционные технологии
2.	Информационно-коммуникационные средства обучения	- информационные сайты https://fizinstruktor.ru/ https://www.prodlenka.org/ - мультимедийные презентации: «Сбор урожая», «Круговая тренировка», «Туристы», «Зимние забавы», «Аэробика», «Олимпийские звёзды». - аудиозаписи (CD): «Песни для детей».
3.	Оборудование	- мячи различных размеров; -кегли; -обручи; -скакалки; -мешочки с песком; -дорожки здоровья; -скамейки; -игровые пособия; -погремушки; -дуги; -бревно, -гимнастические палки.
4.	Материально-техническое обеспечение	-компьютер; - мультимедийный проектор; - экран; - музыкальный центр; - DVD.

Диагностика

Педагогическая диагностика – система методов и приемов, специально разработанных педагогических технологий, методик и тестовых заданий, чтобы выявить уровень развития ребёнка – дошкольника, а также диагностировать причины недостатков и находить пути улучшения качества образовательных услуг.

Для мониторинга за основу использую методику Г.П. Лескова, Н.А. Ноткина, соответствие знаний, умений и навыков программным требованиям определяются следующими методами диагностики: наблюдение, практическое задание. Данные заносятся в диагностическую карту усвоения программы в соответствии критериям оценки ЗУНов; Низкий уровень - 1б. (ребенок владеет менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой); Средний уровень – 5 б.(объем освоенных знаний составляет более ½); Высокий уровень – 10 б. (освоен практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период). Используя схемы проверки знаний детей и данные критерии, проводится диагностика уровня знаний детей 2 раза в год (вводная, итоговая).

Нормативы по физической и технической подготовке

№	Физические способности		Возраст	Уровень					
				высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
				Для мальчиков			Для девочек		
1	Скорость	Бег 30м Г.П. Лескова, Н.А. Ноткина	5-6 лет 6-7 лет	7,6-7,5 7,2-6,8	7.7-8,2 7,3-7,5	8,3-8,5 7,6-8.0	8.2-7,8 7,5-7,3	8,3-8,8 7,6-7,9	8,9-9,2 8,0-8,7
2	Силовые качества	Бросок мяча из-за головы Г.П. Лескова, Н.А. Ноткина	5-6 лет 6-7 лет	303см 360см	270см 303см	187см 221см	256см 311см	221см 256см	138см 156см

3	Выносливость	Бег 90 метров	5-6 лет 6-7 лет	29,1 и > 33,5 и >	35,7-29,2 41,2-33,6	35,8 и< 41,3 и<	29,1 и >>>33,5 и >	35,7-29,2 41,2-33,6	35,8 и< 41,3 и <
4	Равновесие	Сохранение равновесия по методике Г.П. Лескова, Н.А. Ноткина	5-6 лет 6-7 лет	7,0 сек 60 сек	5.0 сек 50 сек	1,8 сек 40 сек	14,2 сек 60 сек	12,0 сек 55 сек	9,4 сек 50 сек
5	Метание	Метание мешочка вдаль 150-200гр правой рукой Г.П. Лескова, Н.А. Ноткина	5-6 лет 6-7 лет	8,5 и >>>11,6 и >	6,5-7,9 9,0-11,5	5-5,3 6,0-8,5	7,5 и >>>11,0 и >	5,4-7,3 8,3-10,9	3-4,8 5,5-7,0

КАРТА МОНИТОРИНГА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ

ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЯЧОК»

ПЕДАГОГ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Белоусова О.Н.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное кол-во баллов	Методы диагностик
1	2	3	4	5
П Р Е Д М Е Т Н Ы Е Р Е З У Л Ь Т А Т Ы				
I. Теоретическая подготовка ребенка: *1.Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)*	*Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям;*	• ***низкий уровень*** (ребенок овладел менее 1\2 объема знаний, предусмотренных программой); • ***средний уровень*** (объем усвоенных знаний составляет более 1\2); • ***высокий уровень***(ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период).	1 5 10 1 5	наблюдение беседа
2. Владение специальной терминологией	*Осмысленность и правильность использования специальной терминологии*	• ***низкий уровень***(ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины); • ***средний уровень*** (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой); • ***высокий уровень***(специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии	10 1 5 10	творческое задание, наблюдение
II. Практическая подготовка ребенка: **1.**	*Соответствие практических умений и навыков*			

Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	*программным требованиям*	с их содержанием) • ***низкий уровень***(ребенок овладел менее чем 1\2 предусмотренных умений и навыков); • ***средний уровень*** (объем усвоенных умений и навыков составляет более 1\2); • ***высокий уровень*** (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период).	1 5 10	
2. Владение специальным оборудованием и оснащением	*Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения*	• ***низкий уровень*** умений (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием); • ***средний уровень*** (работает с оборудованием с помощью педагога); • ***высокий уровень*** (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей).	1 5 10	
3. Творческие навыки	*Творчество в выполнении практических заданий*	• ***начальный***(элементарный) уровень развития		

		творчества (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога); • ***репродуктивный* уровень** (выполняет в основном задания на основе образца); • ***творческий уровень***(выполняет практические задания с элементами творчества).		
М Е Т А П Р Е Д М Е Т Н Ы Е Р Е З У Л Ь Т А Т Ы				
1. Познавательные УУД 1.1. Общеучебные 1.2. Логические	*Сформированность общеучебных действий (самостоятельность в принятии и сохранении учебной цели и задачи, преобразовании практической задачи в познавательную., использование знаково-символических средств* *Сформированность логических*	• ***низкий уровень***- учащийся усваивает и сохраняет учебную цель и задачи,преобразовывает практическую задачу в познавательную, использует знаково-сиволические средства для создание моделей только с помощью педагога • ***средний* уровень**-выполняет общеучебные действия под контролем педагога и самостоятельно. • ***высокий уровень***-выполняет общеучебные действия самостоятельно , может найти более эффективные способы организации деятельности. • ***низкий уровень***-при выполнении заданий, требующих анализа, сравнения, установления закономерностей, нужна постоянная помощь педагога,	*1* *5* *10* *1* *5* *10*	творческие задания (наблюдение и педагогический анализ)

1.3. Постановка и решение проблемы	*операций: способность осуществлять анализ, сравнение, обобщение.*	воспринимается помощь с трудом. • ***средний уровень***-задания, требующие анализа, сравнения, выделения главного, выполняются при незначительном контроле педагога • ***высокий уровень***–ребенок определяет содержание, видит и осознает тонкие различия при сравнении.	*1* *5* *10*	творческое задание
2. Регулятивные УУД 2.1. Целеполагание	*Умение самостоятельно формулировать проблему. Создавать способы решения проблем творческого и поискового характера.*	• ***низкий уровень***–ставить проблему творческого характера и её решать может только при помощи педагога • ***средний уровень*** –может обозначить проблему творческого характера при небольшой коррекции педагога • ***высокий уровень*** – может самостоятельно обозначить проблему творческого характера.	*1* *5* *10*	
2.2.Планирование	*Самостоятельность в постановке учебной задачи на основе соотнесения*	• ***низкий уровень***–учебную задачу самостоятельно поставить не может. Не может самостоятельно определить, что ему известно и что нужно знать. • ***средний уровень*** –может при помощи педагога самостоятельно поставить учебную	*1* *5* *10*	

	того,что уже известно и усвоено учащимися и того, что надо узнать	задачу на основе соотнесения того, что уже известно, усвоено и того, что надо узнать. • ***высокий уровень*** –может самостоятельно поставить учебную задачу на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено и того, что надо узнать.	*1* *5*	
2.3.Прогнозирование	*Умение самостоятельно определить последовательность промежуточных целей с конечным результатом и составить план действий.*	•***низкий уровень*** – не умеет самостоятельно определить последовательность промежуточных целей с конечным результатом и составить план действий. • ***средний уровень*** –умеет принезначительной помощи педагога соотнести цель своей деятельности с конечным результатам и правильно составить план действий.	*10* *1* *5* *10*	творческое задание (наблюдение и педагогический анализ
2.4.Контроль		• ***высокий уровень*** – самостоятельно может соотнести цель своей деятельности с конечным результатом и составить план действий.	*1* *5*	
2.5. Оценка	*Умение самостоятельно мысленно представить конечный результат*	•***низкий уровень*** – самостоятельно мысленно представить конечный результат труда может только с помощью педагога. •***средний уровень***- самостоятельно мысленно представить конечный результат труда может с незначительной помощью педагога. • ***высокий уровень***– самостоятельно	*10*	

	труда	мысленно представить конечный результат своего труда.	*1*	
2.6.Саморегуляция	*Сформированность навыков контроля*	• ***низкий уровень***– проконторолировать и исправить ошибки в деятельности не может даже с помощью педагога. • ***средний уровень*** – проконтролировать и исправить ошибки в деятельности может с помощью педагога. • ***высокий уровень*** – самостоятельноможет проконтролировать и исправить ошибки в своей деятельности.	*5* *10* *1* *5*	
3. Коммуникативные УУД 3.1. Планирование учебного сотрудничества	*Уровень формирования навыков аргументированной оценки объектов и предметов изучаемой области.*	• ***низкий уровень***- выделить и осознать то, что усвоено и что надо ещё усвоит, осознать качество и уровень освоения деятельности не может даже с помощью педагога. • ***средний уровень***- выделить и осознать то, что усвоено и что надо ещё усвоить ,осознать качество и уровень освоения деятельности не может с помощью педагога. • ***высокий уровень***- самостоятельно может выделить и осознать то,чтоусвоено и что надо ещё усвоить,осознать качество и уровеньосвоения деятельности.	*10* *1* *5* *10*	
3.2. Разрешение конфликтов		• **низкий**	*1*	

3.3Умение выражать свои мысли	*Способность доводить начатое дело до конца.* *Умение планировать учебное сотрудничество, договариваться с педагогом и сверстниками об организации учебной деятельности, умение находить общие решения.* *Умение выявить проблемы, найти способы разрешения*	**уровень** – нет терпения и воли выполнять работу до конца. • **средний уровень-** терпения и воли хватает при постоянной мотивации педагога. • **высокий уровень** – терпения и воли хватает до полного завершения работы. • ***низкий уровень*** – организовать учебное сотрудничество может только с помощью педагога. • ***средний уровень*** – самостоятельно умеет планировать учебное сотрудничество, договариваться с педагогом и сверстниками об организации учебной деятельности, умеет находить общие решения при незначительной помощи педагога. • ***высокий уровень-*** самостоятельно умеет планировать учебное сотрудничество, договариваться с педагогом и сверстниками об организации учебной деятельности, умеет находить общие решения. • ***низкий уровень*** – самостоятельно не может выявить проблему, разрешить конфликт • ***средний уровень*** – самостоятельно умеет выявить проблемы, найти способы	*5* *10*	

	конфликта. *Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.*	разрешения конфликта. • ***высокий уровень*** - самостоятельно умеет выявить проблемы, найти способы разрешения конфликта, умеет аргументировать свои предложения по разрешению конфликта. • **низкий уровень** - не может самостоятельно выразить свои мысли и подать подготовленную информацию; • **средний уровень** – не совсем точно выражает свои мысли и не может точно выразить и подать подготовленную информацию; • **высокий уровень** – полно и точно выражает свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.		
Л И Ч Н О С Т Н Ы Е Р Е З У Л Ь Т А Т Ы				
1.Самоопределение: 1.1. Внутренняя позиция учащегося	*Характер отношения к учреждению, творческому объединению*	• ***низкий уровень –*** *отрицательное отношение к учреждению, творческому объединению;* • ***средний уровень –*** *почти всегда положительное отношение к учреждению, творческому*	1 5 10	• Методика изучения удовлетворенности обучающихся школьной жизнью (А.А. Андреев)

1.2. Самооценка	*Широта диапазона оценок своих возможностей в учении, способность адекватно судить о причинах успеха и неудач.*	*объединению;* • ***высокий уровень –*** *всегда положительное отношение к учреждению, творческому объединению* ***низкий уровень*** *– иногда может оценить свои возможности в учении и судить о причинах успеха и неудач;* • ***средний уровень****- почти всегда может оценить свои возможности в учении и судить о причинах успеха и неудач;* • ***высокий уровень****- всегда может оценить свои возможности в учении и судить о причинах успеха и неудач.*	1 5 10	• «Лесенка» (В.Г. Щур);
2. Смыслообразование	*Сформированность мотивации к учебной и социальной деятельности.*	• ***низкий уровень*** *– нет мотивации к учебной и социальной деятельности;* • ***средний уровень*** *– мотивация возникает при постоянном побуждении;* • ***высокий уровень*** *– отмечается стремление к самоизменению –*	1 5 10	• *Методика «Беседа о школе»(модифицированный вариант Т. А. Нежновой, Д. Б. Эльконина, А. Л. Венгера)* • Опросник мотивации Методика «Цветные линии»

		приобретению новых знаний и умений.		
3. Морально-этическая ориентация	*Способность к осуществлению нравственного выбора, ценностно-смысловых установок, этических чувств.*	• ***низкий уровень*** *– имеет общие представления о нормах морали,, ценностно-смысловых установках, этических чувствах;* • ***средний уровень*** *– понимает ответственную зависимость людей друг от друга, способен осуществить нравственный выбор преимущественно под воздействием внешнего регулятора;* • ***высокий уровен****ь – способен осуществлять морально-нравственный выбор независимо от форм контроля.*	1 5 10	• Методика «Репка» (Л.В. Байбородова) • Методика «Кто прав?» (Г.А.Цукерман) • Анкета «Оцени поступок» (дифференциация конвенциональных и моральных норм, по Э.Туриэлю в модификации Е.А.Кургановой и О.А.Карабановой, 2004) • Методика «Что такое хорошо и что такое плохо», адаптированная Н.В. Кулешовой

ТВОРЧЕСКИЕ ДОСТИЖЕНИЯ УЧАЩИХСЯ				
Категория конкурса	**Конкурс, выставка, выставка-конкурс**	**Ф.И. участника**	**Количество**	**Результативность**
Международные Фестивали, конкурсы				
Всероссийские Фестивали, конкурсы				
Региональные Фестивали, конкурсы				
Муниципальные Фестивали, конкурсы				
Конкурсы				

ДОУ				

Диагностическая карта
мониторинга результатов обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Здоровячок»
год обучения –одногодичная
педагог: 2020-2021 учебный год

Ф.И.учащихся																		
Сроки диагностики Показатели	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы																		
Владение специальной терминологией																		
Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы																		
Владение специальным																		

оборудованием и оснащением																		
Творческие навыки																		
Метапредметные результаты																		
Познавательные УУД																		
Регулятивные УУД																		
Коммуникативные УУД																		
Личностные результаты																		
Самоопределение: (внутренняя позиция,самооценка)																		
смыслообразование																		
Морально-этическая ориентация																		
Творческие достижения																		

Литература для педагогов:

1. Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7лет. М., «ТЦ Сфера», 2006, 128 с.
2. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие, М., «ТЦ Сфера», 2007, 160 с.
3. Голицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. М., «Издательство Скрипторий 2003», 2006, 72 с.
4. Орел В.И., Агаджанова С.Н. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях. Учебное пособие, СПб, «Детство-пресс», 2006, 172 с.
5. Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. Физкульт – привет минуткам и паузам! Методическое пособие, СПб, «Детство-пресс», 2006, 128 с.
6. Степаненкова Э. Методика физического воспитания. М., Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005, 96 с.
7. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет. Учебное пособие, М., «Гном и Д.», 2008, 128 с.
8.Литвинова О.М. «Физкультурные занятия в детском саду», Ростов-на-Дону «Фениск», 2010, 492 с.