

ПРИНЯТО

на Педагогическом совете

Протокол № 4

31. 08. 2018 года

УТВЕРЖДЕНО

Приказом МБДОУ «Детский сад № 117»

г. Чебоксары № 85-О

от 31. 08. 2018 год

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения

«Детский сад № 117 «Белоснежка» общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательному – речевому развитию детей»

города Чебоксары Чувашской Республики

на 2018-2019 учебный год

ВВЕДЕНИЕ

1. Целевой раздел программы

1.1 Пояснительная записка

1.1.1. Цели и задачи реализации дополнительной общеобразовательной программы

1.1.2. Принципы и подходы к формированию дополнительной общеобразовательной программы.

1.1.3. Целевые ориентиры.

2. Содержательный раздел программы

- 2.1. Общие положения
- 2.2. Содержание программы дополнительной общеобразовательной программы.
- 2.3. Формы, методы и средства реализации дополнительной общеобразовательной программы.
- 2.4. Описание образовательной деятельности в соответствии с различной направленности: технической , художественной , социально - педагогической. . (Учебный план , календарный учебный график, рабочие программы, оценочные и методические материалы).

3. Организационный раздел программы

- 3.4. Материально-техническое обеспечение программы обеспеченность методическими и средствами обучения и воспитания
Перечень нормативных и нормативно-методических документов
Перечень литературных источников.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы управления качеством образования связана с общими ориентирами процесса совершенствования системы образования на федеральном , региональном , муниципальном , уровне и находят отражение в ряде документов , регламентирующих и концептуально обосновывающих деятельность образовательных учреждений. Сегодня динамичный мир предъявляет новые требования ко всем сферам нашей жизни. И воспитание детей не исключение. Поэтому, прежде всего , перед ДООУ возникает вопрос о создании условий для творческого развития ребенка , о соответствующей работе воспитателей и специалистов , а также об установлении отношений сотрудничества между работниками учреждения , детьми и родителями. Многие руководители стали задумываться о том, как заработать деньги для своего ДООУ , улучшить материальное положение своих сотрудников . Наиболее проработанный путь в настоящее время - это оказание дополнительных образовательных услуг.

С целью совершенствования образовательного процесса и удовлетворения потребностей родителей на базе ДООУ организуются платные образовательные услуги. Предоставляемые дополнительные образовательные услуги - это наиболее полное удовлетворение потребностей населения во всестороннем развитии детей , их индивидуальных способностей и интересов , обеспечение единства и преемственности семейного и общественного воспитания , также привлечение средств из дополнительных источников финансирования на развитие материальной базы и повышение заработной платы сотрудников образовательного учреждения. Организация дополнительных общеобразовательных услуг дает возможность укрепить материально - техническую базу образовательных учреждений, сохранить квалифицированные кадры, стимулировать сотрудников, в зависимости от личного вклада каждого, поддержать престиж дошкольного воспитания, привлечь к работе с детьми высоко квалифицированных специалистов для максимального удовлетворения запросов семей.

Решающее значение в этом непростом деле имеют взаимоотношения администрации учреждения с коллективом, понимание всеми сотрудниками необходимости оказания образовательных платных услуг в системе современного образования и личной ответственности каждого.

Организация дополнительных общеобразовательных услуг в ДООУ - неотъемлемый компонент социального заказа общества, а также результат последовательного решения федеральных и региональных задач в области образования.

Оказание дополнительных образовательных услуг на сегодняшний день неотъемлемая часть работы каждого ДООУ. Введение такой деятельности предполагает системную работу и большую ответственность перед заказчиками, то есть родителями.

Почему так важно, чтобы образовательная детальность объединяла основное и дополнительное образование? Потому что отличительная функция

дополнительных образовательных услуг - компенсаторная или психотерапевтическая. Именно в этой сфере для детей создается ситуация успеха, появляется возможность индивидуального развития тех способностей, которые не всегда развиваются в традиционной образовательной деятельности. Дополнительные образовательные услуги - хороший источник привлечения в ДОО дополнительного финансирования.

Дополнительное образование - это особое образовательное пространство, где объективно задаётся множество отношений, расширяются возможности для жизненного самоопределения детей.

МБДОУ «Детский сад № 117» г. Чебоксары помогает каждому ребенку проявить и раскрыть свои способности, узнать много нового, а также быстрее развиваться и расти здоровым. Занятия в кружках, студиях, секциях, клубах позволяют ребёнку раскрыться, а нам увидеть весь спектр его истинных возможностей и сферу будущих интересов.

1. Целевой раздел программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 117» города Чебоксары Чувашской Республики (далее - программа) рассчитана на детей с 2 до 7 лет.

Программа направлена на формирование общей культуры воспитанников, и их гармоничное развитие.

Программа разработана в соответствии с основными нормативно - правовыми документами по дошкольному воспитанию:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 года №26) «Об утверждении СанПиН 2.4.3049- 13»
- «Конвенция ООН о правах ребенка » (Принята 20 ноября 1989 г. Генеральной Ассамблеей ООН).
- Постановление Правительства Российской Федерации от 15 августа 2013 г. №706 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг».
- Устав МБДОУ «Детский сад № 117» г. Чебоксары.

Дополнительное образование воспитанников осуществляется в соответствии с учебным планом, расписанием, рабочими программами педагогов дополнительного образования. Длительность соответствует требованиям СанПиН 2.4.3049 - 13 Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций.

Реализация Программы дополнительного образования осуществляется по различной направленности.

Программа ориентирована на создание необходимых условий для развития индивидуальных способностей ребенка , творческой сферы в интересной для него деятельности на основе гибкости и разнообразия предоставляемых услуг.

1.1.1. Цель и задачи реализации Программы

Ведущей целью реализации Дополнительной общеобразовательной программы является **обеспечение конституционного права граждан Российской на получение качественного дополнительного образования.**

Задачи:

1. Формировать и развивать творческие способности воспитанников.
2. Обеспечить удовлетворение индивидуальных потребностей воспитанников по различной направленности :технической, художественной, социально - педагогической.
- 3 . Удовлетворить родительский спрос на платные образовательные услуги.
4. Сформировать ресурсное обеспечение; реализовать новые подходы к созданию развивающей предметно - пространственной среды.
5. Определить строго дозированные нагрузки на детей; создать безопасные и комфортные условия для проведения дополнительных образовательных услуг.
6. Создать правовую базу и сформировать экономический механизм развития платных образовательных услуг.
7. Расширить возможности финансирования учреждения за счет привлечения денежных средств из незапрещенных источников.
8. Разработать содержание, совершенствование рабочих программ дополнительных образовательных услуг.
9. Удовлетворить потребности детей в занятиях по интересам.
10. Развивать маркетинговую службу и информационно - рекламное обеспечение платных образовательных услуг.

1.1.2 Принципы и подходы к формированию программы. Представляется целесообразным выделить несколько групп принципов формирования программы:

1. Поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду.
2. Личностно - развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей, законных представителей), педагогических и иных работников ДООУ и детей.
3. Уважение личности ребенка.
4. Реализация программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей

техническое, художественное, социально - педагогическое развитие ребенка.

1.2 Планируемые результаты освоения программы

- активность и самостоятельность ребенка в художественной направленности;
- ребенок умеет находить новые способы для художественного изображения;
- умеет передавать в работах свои чувства с помощью нетрадиционной техники лепки;
- эмоционально отзывается на красоту окружающего мира;
- обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика;
- способен к волевым усилиям, может следовать речевым нормам;
- проявляет ответственность за начатое дело.

Сроки реализации:

Программа рассчитана на один год (с 03 сентября 2018 года по 31 мая 2019 года).

2. Содержательный раздел программы

2.1. Общие положения

Порядок оказания дополнительных образовательных услуг:

МБДОУ «Детский сад № 117» г. Чебоксары дополнительных образовательные услуги предоставляют на основании Лицензии на право ведения образовательной деятельности от 29.03.2012 №1006 и Уставом ДОУ. В соответствии с данной лицензией образование осуществляется по дополнительным образовательным программам различной направленности: художественной, технической, социально - педагогической.

ДОУ предоставляет заказчикам полную информацию об Услуге, которая содержит следующие сведения:

- наименование и юридический адрес ДОУ;
- сведения о наличии лицензии на право ведения образовательной деятельности;

- уровень и направленность реализуемой платной образовательной программы, формы и сроки её освоения;
- стоимость дополнительной образовательной услуги, порядок её оплаты;
- договор об оказании дополнительной образовательной услуги;
- режим занятий.

Предоставление дополнительных образовательных услуг в ДОУ регулируется следующими документами:

- приказом заведующего об организации работы по оказанию Услуги;
- договорами с заказчиками об оказании Услуги;
- утвержденной в установленном порядке калькуляцией стоимости дополнительной платной услуги;
- утвержденным графиком оказания дополнительной образовательной Услуги;
- трудовыми договорами с педагогическими работниками;

Ответственный за оказание дополнительной образовательной услуги:

- оформляет договоры с заказчиками на оказание дополнительной образовательной услуги;
- оформляет трудовые отношения с педагогическими работниками. • организует контроль за качеством услуг;
- контролирует правильность хранения документов отчетности, в том числе документов об оплате заказчиками

дополнительных образовательных услуг, предоставляемых ДОУ.

ДОУ обеспечивает оказание Услуги в полном объеме, в соответствии с утвержденной дополнительной общеобразовательной программой и условиями договора об оказании дополнительных образовательных услуг. Договор регламентирует условия и сроки получения услуг, порядок расчета, права, обязанности и ответственность сторон.

ДОУ обеспечивает создание среды, способствующей обучению и воспитанию.

Прием детей производится по заявлению родителей на основании договора. Родители имеют право расторгнуть договор по собственному желанию в любое время на основании письменного заявления.

Стоимость устанавливается в соответствии с прейскурантом дополнительных образовательных услуг учреждения на основе утвержденной калькуляции. Родители ежемесячно вносят плату за занятия.

Администрация в обязательном порядке ведёт следующую документацию:

- список детей группы;
- табель посещаемости детьми занятий;

Общее руководство деятельностью по предоставлению Услуги осуществляет заведующий Учреждением. Непосредственное руководство по организации практической деятельности Услуги и контроль её качества осуществляет старший воспитатель. Программно-методическое обеспечение Услуги осуществляет Педагогический совет Учреждения. Контроль за предоставлением дополнительных образовательных услуг осуществляют в пределах

своей компетенции государственные и муниципальные органы, на которые возложена обязанность по проверке деятельности ДОУ в части оказания дополнительных образовательных услуг.

Формы организации: групповая, подгрупповая

Все они направлены на гармоничное развитие личности ребёнка

.

ДОУ оказывает следующие дополнительные образовательные услуги для детей различной направленности:

Социально - педагогическая направленность:

«Веселый язычок»

Коррекционно-развивающие занятия нацелены на вызывание и правильное, четкое произношение звуков, их дифференцированию, на овладение навыками звуко-слогового анализа и синтеза, развитию общей и артикуляционной моторики, развитие просодической стороны речи. Логоритмические занятия создают психологический комфорт, эмоциональный настрой, что повышают эффективность коррекционной работы.

№	День недели	Время проведения
1	Вторник	15.00-18.00
2	Четверг	15.00-18.00

Занятия проводятся в индивидуальной форме 2 раза в неделю по 30 мин

Художественно-эстетическая направленность :

– «Веселое тесто»

Цель занятий — повышение сенсорной чувствительности, тонкого восприятия формы, фактуры цвета, веса, пластики; синхронизированной работы обеих рук; развития воображения, пространственного мышления, мелкой моторики рук; формирование самостоятельности планировать работу по реализации замысла, предвидеть результат и достигать его; при необходимости вносить коррективы в первоначальный замысел

№	День недели	Время проведения
1	Среда	16.00-17.30

Количество детей в группе до 8 человек. Занятия проводятся в младших группах дошкольного возраста 1 раз в неделю сто» (тестоластика)

- «Творческая гостиная»

Цель: Создать условия для эстетического развития детей, самовыражения и самореализации дошкольников через декоративно-прикладное искусство.

Задачи:

Обучающие - Обогащать знания детей через изучение декоративно-прикладного искусства (с использованием подручных материалов: папки, бисеры, гипс и т.д.)

- Формировать способности к творческому раскрытию, самостоятельности, саморазвитию;

Развивающие:

-Развивать художественный вкус, учить видеть и понимать прекрасное в окружающей нас жизни по средствам декоративно-прикладного искусства;

-Развивать воображение и творческие возможности детей через включение дошкольников в практическую деятельность, связанную с созданием предметов декоративно-прикладного искусства.

Воспитательные:

-Воспитывать устойчивый интерес к народной культуре;

№	День недели	Время проведения
1	Среда	15.10-16.00

Количество детей в группе до 8 человек

Занятия проводятся старших группах дошкольного возраста 1 раз в неделю

- «Песочная терапия»

Цель занятий — сенсорное развитие детей дошкольного возраста, формирование эстетического отношения к окружающему миру посредством техники пескографии.

Задачи:

Обучающие

Познакомить детей с нетрадиционным направлением изобразительного искусства – пескографией.

Освоение работы рисованием пальцем, ладонью, ребром ладони.

Развивающие

Поддерживать и создавать условия для развития творческого потенциала.

Совершенствовать коммуникативные навыки, развивать совместную деятельность детей.

Развитие способности работать руками, приучать к точным движениям пальцев, совершенствовать мелкую моторику рук и глазомер.

Воспитательные

Развивать моторику рук, посредством работы с песком.

Воспитывать аккуратность при выполнении работы.

№	День недели	Время проведения
1	Понедельник	15.10-17.30

Количество детей в группе до 8 человек. Занятия проводятся в пяти возрастных группах 1 раз в неделю

Физкультурно-спортивная направленность:

- «Спортивная смена»

Физкультурно-оздоровительный кружок «Спортивная смена» поможет овладеть дошкольникам начальными формами упражнений по следующим видам спорта: легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, лыжная подготовка.

№	День недели	Время проведения
1	Понедельник	15.30-16.10
2	Четверг	16.00-16.40

Количество детей в группе до 14 человек 2 раза в неделю по 40 мин

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительных образовательных услуг

Муниципального бюджетного образовательного учреждения «Детский сад № 117 «Белоснежка» общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательному – речевому развитию детей»
города Чебоксары Чувашской Республики
на 2018-2019 учебный год

Направленности дополнительных образовательных услуг	Образовательные области	Направление дополнительной плановой образовательной услуги	Наименование возрастных групп				
			2гр. Раннего возраста	младшая	средняя	старшая	подготовительная к школе
			Количество занятий в неделю/в год				
1	2	3	4	5	6	7	8
Основная специализированная (парциальная) программа		Рабочие программы, разработанные педагогами и утвержденные на педагогическом совете					
Социально - педагогическая	Речевое развитие	«Веселый язычок»	-	2/72	2/72	2/72	2/72
Физкультурно - спортивное	Познавательное развитие, речевое развитие	«Спортивная Смена»	-				2/72
Художественная	Художественное развитие	- «Творческая гостиная» - «Веселое тесто» - «Песочная терапия»	-	-		1/36	1/36
			1/36	1/36	1/36	-	-
			1/36	1/36	1/36	1/36	1/36
Итого			2/72	4/144	4/144	4/144	4/216

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

художественной направленности

«Веселое тесто» (тестопластика)

(для детей 2-5 лет)

на период с 10 сентября 2018 года по 31 мая 2019 года

(срок реализации 1 год)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

художественной направленности

«Творческая гостиная» (тестопластика)

(для детей 6-7 лет)

на период с 10 сентября 2018 года по 31 мая 2019 года

(срок реализации 1 год)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

художественной направленности

«Развивающий песок»

(для детей 5-7 лет)

на период с 10 сентября 2018 года по 31 мая 2019 года

(срок реализации 1 год)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
физкультурно - спортивной направленности
«Спортивная смена»
(для детей 6-7 лет)
на период с 10 сентября 2018 года по 31 мая 2019 года
(срок реализации 1 год)

Целевой раздел

Дополнительная образовательной деятельности составлена для детей старшего дошкольного возраста «Спортивная смена» МБДОУ «Детский сад № 117 «Белоснежка» на основе основной общеобразовательной программы Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 117» города Чебоксары, с учетом примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы», под. ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой и следующих нормативных документов:

1. Конвенция о правах ребёнка, от 20 ноября 1989 года, принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН;
2. Конституция Российской Федерации, от 12.12.1993 г.;
3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» зарегистрировано в Минюсте РФ 14.11 2013 г. №30384;
5. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13, с внесением изменений от 15.05.2013 №26;
6. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2013 № 30038);
7. Постановление Правительства РФ от 5.08.2013 г. № 662 «Об осуществлении мониторинга системы образования»;
8. Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки РФ от 28.02.2014 г. № 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования»;

Пояснительная записка

В последние годы происходит неуклонное снижение уровня здоровья взрослого и особенно детского населения страны. Количество детей, страдающих сердечно – сосудистыми заболеваниями, ожирением, нарушением осанки, речи, зрения, координации движений, деятельности органов дыхания неуклонно растет. Недостатки развития функциональных органов и систем, нарушение опорно-двигательного аппарата, хронические заболевания, низкий уровень физической подготовленности наблюдается у большого числа детей, поступающих в школу.

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. При встречах, расставаниях с близкими и дорогими людьми мы желаем доброго и крепкого здоровья, так как это – основное условие и залог полноценной и счастливой жизни. Если обратиться к словарю С. И. Ожегова, «здоровье – это правильная, нормальная деятельность организма».

Движение – главное проявление жизни ребенка. Неподвижность приводит к понижению жизнедеятельности организма, замедлению роста, задержке умственного развития, снижению сопротивляемости к инфекционным заболеваниям. Движения являются для ребенка важнейшим источником получения представлений и сведений о действительности, имеют огромное значение в его физическом, сенсорном и интеллектуальном развитии.

С появлением новых программ и технологий, спроса родителей на дополнительные образовательные услуги (обучение письму, чтению и т.д.) интерес воспитателей к проблемам физического развития детей существенно снизился. В этой связи возникла необходимость поиска путей оптимизации физического воспитания, не противоречащих основным принципам реформы дошкольного воспитания и обеспечивающих решения задач сохранения и укрепления здоровья, полноценного физического развития детей.

Изучив основные образовательные программы дошкольного образования, нами была разработана программа дополнительного образования «ОФП «Спортивная смена» для детей старшего дошкольного возраста (6 – 7 лет), посещающих дошкольное учреждение. Охватывая буквально основные виды школьных программ по физической культуре, наши дошкольники за один год занятий, смогут овладеть начальными формами упражнений по видам спорта: легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол), лыжная подготовка. Программа «Спортивная смена» может широко применяться как в дошкольных учреждениях, так и в начальной школе. Основной подход, реализуемый в программе – формирование, сохранение и укрепление здоровья дошкольников, а также развитие основных двигательных качеств; быстроты, выносливости, гибкости, ловкости, силы, координации. Все эти качества, которые ребенок будет развивать на занятиях в спортивном кружке, очень пригодятся для быстрой адаптации будущих первоклассников к школе, а также к повышению сопротивляемости организма, даст возможность родителям определить какой вид спорта наиболее интересен ребенку, чтобы в дальнейшем можно было определить его в городские спортивные секции и школы.

Содержание и структура программы

Цель: устойчивое формирование интереса детей старшего дошкольного возраста к занятиям физической культурой и спортом, развитие физических качеств, изучение начальных форм и движений из видов спорта, закаливание организма и укрепление здоровья.

Задачи:

- укреплять здоровье, содействовать гармоничному физическому развитию;
- развивать физические качества (выносливость, быстроту, силу, ловкость, гибкость);

- формировать основные двигательные навыки (упражнения с мячом, акробатические упражнения, лазанье, прыжки, метание, бег, ходьба на лыжах);
- повышать сопротивляемость организма влияниям внешней среды путем закаливания с помощью ходьбы на лыжах;
- приобщать к систематическим занятиям физической культурой и спортом

Формы и режим занятий

Занятия проводятся с детьми подготовительных к школе групп в количестве 20 чел. в возрасте 6-7 лет два раза в неделю по 30 мин. Наряду с общеразвивающими упражнениями, упражнениями на формирование правильной осанки, детям предлагаются игры с элементами спорта – баскетбол, волейбол, футбол, гимнастика, легкая атлетика, лыжный спорт.

Структура занятий состоит из трех частей:

- вводной, где идет подготовка организма к выполнению более сложных упражнений;
- основной, где выполняются основные виды движений, она заканчивается общей подвижной игрой;
- заключительной, которая переходит в ходьбу с постепенным замедлением темпа, включая дыхательные упражнения, игры малой подвижности, упражнения на расслабление.

Вводная часть занимает 6-10 мин, основная – 20-25, заключительная – 3-5 мин. При ходьбе на лыжах по учебной лыжне на площадке детского сада продолжительность занятия может составлять 30-35 мин.

Формы подведения итогов:

- соревнования по видам спорта;
- открытые занятия для родителей и педагогов;
- участие в городских соревнованиях;
- спортивные итоговые праздники.

Учебный план

№ п/п	Наименование разделов, тем, упражнений	Количество часов
1.	Медицинское обследование	4
2.	Теоретическая подготовка	5
3.	Практические занятия	19
4.	Участие в соревнованиях	4
5.	Упражнения на формирование правильной осанки	Используются на каждом занятии
6.	О.Р.У.	Используются на каждом занятии
7.	Подвижные упражнения	Используются на каждом занятии

Учебный план разработан на 42 недели

Легкая атлетика – 4 часа

Гимнастика - 4 часа

Спортивные игры – 11 часов

Ходьба на лыжах – 5 часов.

Занятия проводятся с дошкольниками подготовительных групп в возрасте 6 – 7 лет, 1-2 раза в неделю по 30 минут. Наряду со спортивными упражнениями детям предлагаются игры с элементами спорта – баскетбол, волейбол, футбол, гимнастика, легкая атлетика, а также лыжный спорт.

Структура занятий состоит из трех частей: вводной - где идет подготовка организма к выполнению более сложных упражнений, основной – где выполняются основные виды движений, она заканчивается общей подвижной игрой и заключительной части, которая заканчивается ходьбой с постепенным замедлением темпа, включая дыхательные упражнения, игры малой подвижности, упражнениями на расслабление. Вводная часть занимает 6 – 10 минут, основная – 20 – 25 минут, заключительная – 3 – 5 минут.

При ходьбе на лыжах по учебной лыжне, если она начинается сразу от детского сада, продолжительность занятия может продолжаться 20 – 25 минут.

Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимы:

- спортивный зал, спортивная площадка детского сада
- спортивное оборудование и инвентарь.

Легкая атлетика:

- секундомеры, рулетка, флажки, конусы
- мячи теннисные, мячи резиновые
- горизонтальная и вертикальная мишень
- маты с разметкой для прыжков

Гимнастика:

- гимнастические стенки, скамейки, маты
- гимнастическое бревно (напольное)
- перекладина
- канат для лазанья
- палки гимнастические, скакалки, гантели, обручи, косички по количеству детей
- коврики для фитнеса
- мячи-фитболы
- мячи набивные

Спортивные игры:

- табло для ведения счета
 - набор мячей
 - баскетбольные щиты с кольцами
 - сетка волейбольная
 - ворота переносные, детские
- Ходьба на лыжах:*
- термометр для измерения температуры
 - стойки для хранения лыж, ботинок и лыжных палок на 10 пар
 - 10 комплектов лыж с ботинками и лыжными палками
 - щетки для очистки лыж
 - *лыжные мази, парафины и пробки*

Таблица 2

Календарно-тематический план

№ п\п	Тематический план Занятий	Количество часов			Задача занятий	Примечание
		Всего, ч	Теория, мин	Практика, мин		
Октябрь						
Легкая атлетика (4 ч)						
1	Правила поведения на занятиях Врачебный контроль Диагностика физической подготовленности детей	1	30	30	Пройти медицинское обследование. Определить группы здоровья детей и допуск к занятиям	Участвует медицинский работник
2	Разновидности бега ОРУ Бег на 10 м с высокого старта Метание мяча вдаль. Подводящие упражнения	1	10	50	Определить скоростные способности воспитанников	Занятия проводятся в
3	Прыжки в длину с места Подводящие упражнения	1	10	50		

	Челночный бег 3х10 м Соревнования в беге на 10 м Подвижные игры				Выявить скоростно-силовые способности занимающихся	-//-
4	Медленный бег ОРУ в парах Соревнования в беге, метании, прыжках Подвижные игры	1	10	50	Выявлять лучших спортсменов в беге, метании и прыжках	-//-
<i>Ноябрь, декабрь</i> <i>Гимнастика (4 ч)</i>						
1	Правила поведения на занятиях ОРУ с предметами и гимнастическими снарядами	1	10	50	Развивать гибкость, подвижность в суставах	-//-
2	Формирование правильной осанки Специальные упражнения для формирования осанки Лазанье и перелезание (канат, гимнастическая стенка) Подвижные игры	1	10	50	Определить правильность осанки с помощью теста. Развивать навыки лазанья по канату	-//-
3	Акробатические упражнения Перекаты, «березка», мостик из разных и.п.; «шпагат», «корзинка», «ласточка»	1	10	50	Овладеть умением управлять своим телом и движениями	-//-
4	ОРУ для рук, туловища, ног; упражнения в равновесии. Лазанье и перелезание. Игры	1	10	50	Развивать гибкость и подвижность суставов	-//-
<i>Январь, февраль, апрель</i> <i>Спортивные игры (11 ч)</i>						
<i>Баскетбол (мини-баскетбол) (5ч)</i>						
1	Правила поведения на занятиях. Техника перемещения (стойка, передвижение, остановка). ОРУ с мячами. Подвижные игры	1	15	45	Овладеть приемами перемещения. Развивать координационные способности с мячом	Занятия проводятся в зале

2	Техника удержания мяча. Передача и ловля мяча Ведения мяча на месте Подвижные игры с ловлей и передачей мяча	1	15	45	Способствовать умению формировать сложные действия и перемещения с мячом	-//-
3	Броски мяча в корзину Ведение мяча на месте правой (левой) рукой Игры с бросками мяча в корзину	1	10	50	Совершенствовать ведение и броски мяча в корзину	-//-
4	Ведение мяча в движении, остановка и передача Игры с ловлей, передачей и ведением мяча	1	15	45	Разучить правила игры в мини-баскетбол	-//-
5	Ведение мяча в движении, остановка и передача Учебная игра по упрощенным правилам в мини-баскетбол	1	10	50	Отрабатывать и совершенствовать элементы игры в мини-баскетбол	-//
<i>Волейбол (пионербол) (3ч)</i>						
1	Правила поведения на занятиях Перебрасывание мяча друг другу (снизу и сверху) двумя руками Ловля мяча Игры с ловлей и передачей мяча через сетку	1	10	50	Развивать навыки перебрасывания и ловли мяча двумя руками	
2	Перемещение: выпады, приставные шаги, прыжки Передача и ловля мяча Правила игры в пионербол	1	15	45	Овладеть техникой перемещений. Изучить правила игры в пионербол	
3	Перебрасывание мяча двумя руками от груди в парах. Учебная игра в пионербол	1	10	50	Развивать командные действия. Выявлять лучших игроков	
<i>Футбол (мини-футбол) (3ч)</i>						
1	Правила поведения на занятиях Перемещение футболистов Перекачивание мяча друг другу ногой	1	10	50	Овладеть навыками техники перемещений. Отработать удары по мячу правой и левой ногой	

2	Ведение мяча, обводка Передача мяча друг другу Подвижные игры-эстафеты	1	10	50	Изучить технику передвижения с мячом	
3	Прием мяча. Передача Удары по воротам Учебная игра в мини-футбол по упрощенным правилам	1	10	50	Совершенствовать действия детей с мячом	
<i>Март</i> <i>Ходьба на лыжах(5ч)</i>						
1	Диагностика физической подготовки Правила поведения на занятиях Лыжный инвентарь и уход за ним Экипировка лыжника. Строевые упражнения	1	20	40	Создать представление о лыжном инвентаре. Отработать строевые упражнения с лыжами	
2	Ходьба на лыжах по ковру в спортзале ступающим шагом Привыкание к лыжам Подводящие упражнения на лыжах Подвижные игры	1	20	40	Развивать координацию движений на лыжах	
3	Подводящие упражнения. Поворот на месте переступанием вокруг пяток на ковре Стойки лыжника Игра без лыж	1	15	45	Развивать чувство равновесия с лыжами и палками	
4	Ходьба ступающим шагом без палок по лыжне Повороты на месте переступанием вокруг пяток Игры на лыжах без палок	1	10	50	Научить передвижению на лыжах ступающим шагом по лыжне	
5	Ходьба на лыжах скользящим шагом с палками. Подъемы и спуски с горы Игры на лыжах без палок Ходьба на лыжах с палками до 1 км	1	10	50	Овладеть умением ходьбы на лыжах с палками. Выполнять подъем и спуск с горы. Развивать выносливость	

КОНТРОЛЬ ЗА УСВОЕНИЕМ ПРОГРАММЫ

Диагностика, которая предложена в программе, является дополнением к используемой в ДООУ базовой диагностике. Она направлена на выявление показателей физической подготовленности дошкольников. Для определения динамики физического развития детей в диагностику следует проводить в начале года (с 15 октября) и в конце года (с 15 апреля).

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ТЕСТЫ.

Тест для определения скоростных качеств (быстроты).

Бег 10 метров с высокого старта.

Цель: определить скоростные способности ребенка и его реакцию в беге на 10 м с высокого старта.

Методика: В зале отмечаются линии старта и финиша. Тестирование проводят двое взрослых, один находится с флажком на линии старта, второй (с секундомером) – на линии финиша, за которой расстояние 5-7 м ставится яркий ориентир, чтобы ребенок, пересекая линию финиша, не делал резкой остановки.

Дети выполняют бег в парах. По команде «На старт!» подходят к стартовой линии. По команде «Внимание!» занимают позицию «высокого старта». Один взрослый стоит сбоку от линии старта с флажком и по команде «Марш!» , делает взмах флажком вниз, дети начинают бег. Ребенок должен пробежать дистанцию 10 м по прямой, не забегая на дорожку соперника. Второй взрослый включает секундомер и выключает его тогда, когда ребенок пересекает линию финиша. Детям предлагается две попытки с перерывом для отдыха между ними. Фиксируется лучший результат. Точность измерений до 0,1сек.

Тест для определения координационных способностей.

1. Челночный бег 3х10 м

Цель: (определяет способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки).

Методика: В забеге принимают участие два ребенка. Перед началом забега на линии старта и финиша для каждого участника ставят кубики (кегли, конусы). По команде «На старт!» дети подходят к линии старта. По команде «Внимание!» принимают положение «высокого старта». По команде «Марш!» дети бегут к финишу, оббегают кубик (кегли) на финише, затем возвращаются на старт, где также оббегают кубик (кегли) и бегут по прямой до линии финиша.

Фиксируется общее время бега. Точность измерений до 0,1сек.

Тест для определения скоростно-силовых качеств.

1. Метание теннисного мяча вдаль.

Цель: определяет скоростную реакцию в броске мяча вдаль удобной рукой.

Методика: Метание мяча производится на ровной площадке длиной не менее 10 м с делением через каждые 10 см. Готовится 3 теннисных мяча. Ребенок встает у контрольной линии и бросает мяч любой (удобной) рукой способом «из-за головы». И.п. при броске правой рукой: левая нога впереди, правая сзади на расстоянии, равным примерно ширине плеч. Рука выносится вперед-назад через плечо и выполняется бросок. Осуществляется замер после каждого броска. Фиксируется лучший результат

2.Прыжок в длину с места.

Цель: Определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места.

Методика: Отмечается стартовая черта, на расстоянии 30 см от которой кладется мат, не скользящий по покрытию (с целью предупреждения травм). На мат наносится разметка через каждые 10 см или кладется сантиметровая лента. И. п. : стоя, стопы слегка расставлены, носки стоп у линии стартовой черты, ноги согнуты, руки отведены назад, туловище слегка наклонено вперед. Оттолкнуться двумя ногами, делая интенсивный взмах руками, прыгнуть на максимальное расстояние. При приземлении нельзя опираться сзади руками. Измеряется расстояние от линии старта до пятки «ближней ноги» с точностью до 1 см. Делается три попытки. Лучший результат фиксируется в протоколе.

Тест для определения гибкости.

Наклон вперед из положения стоя

Цель: Определить гибкость при наклонах туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке.

Методика: Для измерения необходима гимнастическая скамейка высотой 20-25 см и линейка длиной 30 см, установленной перпендикулярно скамье (поверхность скамейки соответствует нулевой отметки). Ребенок становится на гимнастическую скамейку. По команде медленно наклоняется вперед, не сгибая колени, и скользит руками по линейке вниз. Результат фиксируется по указательным пальцам. Если указательные находятся в разном положении, то фиксируется результат «по наименьшему». При этом гибкость на уровне скамейке (носки ребенка) принимается за «0». Все ниже – со знаком «+», выше - со знаком «-». При выполнении данного теста можно использовать игровой момент «достань игрушку».

Тест для определения ловкости.

Подбрасывание и ловля мяча.

Цель: Определить ловкость при подбрасывании и ловле мяча.

Методика: Для теста используется волейбольный мяч. И. п.: узкая стойка ноги врозь, мяч в обеих руках. Ребенок выполняет бросок двумя руками снизу вверх до уровня глаз – чуть выше головы. Ловить мяч нужно двумя руками, не прижимая к туловищу. Из двух попыток фиксируется лучший результат.

Тест для определения выносливости.

Ходьба на лыжах скользящим (ступающим) шагом до 1 км.

Цель: Определить общую выносливость в ходьбе на лыжах.

Методика: Ребенку предлагается пройти на лыжах по подготовленной лыжне, в спокойном темпе до 1 км. Дети в возрасте 6-7 лет выходят на спортивную площадку, при температуре до - 15°-20°, в безветренную погоду, заранее одев лыжные ботинки, шапочки, варежки, комбинезоны, куртки, взяв под правую руку лыжи в левой палки. Площадка имеет размер 50х20 метров, где проложена учебная лыжня по кругу протяженностью 100 метров. Дети встают на лыжи и с интервалом 5-7 метров начинают движение скользящим шагом с палками по кругу друг за другом, в спокойном темпе. Подсчитывается количество кругов которые прошел каждый лыжник

Тест для определения силовой выносливости.

Подъем туловища из положения лежа на спине.

Цель: Определить силовую выносливость дошкольников, подъемом туловища лежа на спине.

Методика: Ребенок лежит на гимнастическом мате на спине, скрестив руки на груди. По команде «Начали!» ребенок поднимается, не сгибая колен. Второй взрослый слегка придерживает колени ребенка, сидя на мате рядом с ним. Инструктор считает количество подъемов. Время выполнения не устанавливается. Тест считается правильно выполненным, если ребенок при подъеме не коснулся локтями мата, а спина и колени оставались прямыми. Из двух попыток засчитывается лучший результат.

По окончании проводимых тестовых мероприятий предполагается заполнение ниже приведенной таблицы – протокола, которая в дальнейшем поможет педагогу отследить динамику развития физических качеств.

Техника выполнения упражнений

У старших дошкольников необходимо формировать потребность в движении, развивать двигательные качества: координацию, гибкость, силу, быстроту, выносливость. Эти качества способствуют правильному формированию опорно-двигательной системы организма, правильной осанки, развитию равновесия, крупной и мелкой моторики, а также выполнению основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье)

- Все движения и упражнения, предложенные в программе, не должны наносить ущерб организму ребенка, но не следует ограничивать детей в выполнении упражнений общеразвивающего воздействия, которые оказывают всестороннее развитие на все группы мышц
- Каждое общеразвивающее упражнение должно способствовать формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, закаливанию организма. Если ребенок выполняет простое движение — поднять руки вверх, заметим, что практически все дети некачественно выполняют это движение — голова опущена, руки полусогнуты. Следует обращать внимание на то, чтобы дети держали голову выше, выпрямляли руки и тянулись вверх. Это способствует максимальному выпрямлению позвоночника. Все упражнения должны выполняться с полной амплитудой движения
- Со старшими дошкольниками во время физкультурного занятия необходимо широко использовать дыхательные упражнения в сочетании с различными движениями рук. Во время выполнения физических упражнений вдох и выдох следует производить через нос и лишь при повышенной нагрузке допускается дыхание через рот.
- Темп выполнения упражнений может меняться как в сторону уменьшения, так и в сторону увеличения, необходимо следить за состоянием занимающихся
- При изучении сложного материала следует создать целостное представление обо всем двигательном акте и добиваться выполнения упражнения в общих чертах. При этом необходим четкий показ в определенном темпе. Далее важно отработать технику выполнения каждого элемента движения и развить у детей чувство самоконтроля за свою двигательную активность
- С целью закрепления и совершенствования приобретенных двигательных навыков и умений предоставлять детям возможность самостоятельно воспроизводить упражнения. Показатели физической подготовленности представлены в таблице 5.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

социально – педагогическая направленности

«Веселый язычок»

(для детей 3-7 лет)

на период с 10 сентября 2018 года по 31 мая 2019 года

(срок реализации 1 год)