**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ**

**ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ВОЛОШКА**» **МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОЯБРЬСК**

**629804, г. Ноябрьск, ул. Шевченко 50а, тел.32-56-32, 32-56-33 E-mail:**

***voloshka@noyabrsk.yanao.ru***

ОКПО 48729845 ОГРН 1028900708363 ИНН/КПП 8905025359/890501001

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНОна заседании Педагогического совета МБДОУ «Волошка»Протокол № 2 от 31.08.2023Председатель Педагогического совета: И. Н. Малевич | СОГЛАСОВАНОЗаместитель заведующего Э. А. Салахова 31.08.2023года | УТВЕРЖДАЮЗаведующий МБДОУ И.Н. Малевич 31.08.2023 года |

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ "ВОЛОШКА" УЧРЕЖДЕНИЕ "ВОЛОШКА"

МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОЯБРЬСК

ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОЯБРЬСК

Дата: 2023.11.01 16:36:45 +05'00'

**Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Детский фитнес»**

**для детей дошкольного возраста от 5 до 6 лет**

 **(32 занятия в год)**

Составитель: Солтанова Олеся Адамовна

Специалист доп. образования МБДОУ «Волошка»

Уровень освоения программы: стартовый

Возраст учащихся: 5-6 лет

Срок реализации: 1 год, 32 занятия

/количество лет обучения, общее количество часов)

 г. Ноябрьск, 2023 г

 **1.1 Пояснительная записка.**

Данная программа является нормативно - управленческим документом образовательного учреждения, характеризующей систему организации образовательной деятельности педагога далее по тексту - Программа) муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения

«Волошка» муниципального образования город Ноябрьск (далее – Учреждение) разработана в соответствии с законодательными нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ;

 - Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

 - приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

- письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей);

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

-ПРИКАЗ НАЧАЛЬНИКА ДЕПАРТАМЕНТА ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОЯБРЬСКА ОТ 26.09.2023 №1640 «Об утверждении требований к условиям и порядку оказания муниципальной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в муниципальном образовании город Ноябрьск в соответствии с социальным сертификатом»

 - Устав и локальные акты учреждения регулирующие деятельность учреждения https://woloshka.caduk.ru/sveden/document.html

 **Новизна программы** заключается в рациональном сочетании различных направлений детского фитнеса, оказывающие влияние на развитие двигательных способностей детей 5-6 лет, правильное формирование опорно- двигательной системы детского организма.

 **Отличительная особенность**

Отличительные особенности программы заключаются в том, что основной формой организации двигательной деятельности детей 5-6 лет является групповое фитнес-занятие. Структура данного занятия строится в соответствии с требованиями современной фитнес-

двигательные упражнения составлены в тренировки, но адаптирована по времени и содержанию для детей дошкольного возраста.

- определенной системе: от более простых к более сложным;

- учитывается различная степень физической подготовленности и индивидуальные особенности детей,

-повышается интерес детей к занятиям спортом;

Позволяет решать задачи в области общения, социализации

**Уровень ДОП – стартовый**

**Срок реализации – один год.**

**Максимальное количество часов – 32 часа.**

**Целеполагание**:

 формирование и развитие физических способностей детей;

 удовлетворение индивидуальных потребностей в физическом совершенствовании;

 формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;

 укрепление здоровья и организация свободного времени

 **Требования к результативности освоения программы**:

 освоение прогнозируемых результатов программы

 презентация результатов на уровне учреждения

**Объём и срок освоения ДОП**

Общее количество учебных часов: 32 часа

**Режим занятий:** 1 раз в неделю по 25 мин

Возраст детей, участвующих в реализации программы: 5-6 лет.

**Форма обучения**: очная

**Формой подведения итогов реализации программы ДОП** - является диагностическая карта.

**Педагогическая целесообразность** объясняется тем, что предлагаемые в программе игры и упражнения оптимизируют процесс формирования правильной осанки и укрепление сводов стопы, развитие двигательных способностей, достижение определенного уровня морфофункциональной зрелости, физической работоспособности, что, в свою очередь, оказывает влияние на формирование предпосылок к учебной деятельности детей дошкольного возраста.

**Принцип обучения**

* Индивидуальность
* Доступность
* Преемственность
* Результативность

Формы и методы обучения:

* словесные (рассказ, беседа, инструктаж),
* наглядные (демонстрация),
* репродуктивные (применение полученных знаний на практике),
* практические (выполнение упражнений),

**Методы контроля и управления образовательным процессом:**

**Средства обучения:**

Степ-платформы, фитболы, коврики для фитнеса

**Адресат программы**: дети 5-6 лет

**Формы организации занятий:**

С целью развития детского фитнеса как деятельности, в процессе которой развивается ребёнок, в программе "Детский фитнес» использованы следующие формы организации обучения

1. Тренировочное занятие.

2. Занятие-соревнование. (Эстафеты, командные подвижные игры).

3. Занятие в виде круговой тренировки, заданиям по станциям.

4. Занятие с использованием спортивных комплексов, тренажеров, нестандартного оборудования.

5. Контрольно-проверочное занятие.

Особенности организации образовательного процесса

**Форма обучения: очная**

Форма организации деятельности: групповая

В соответствии с уставом учреждения, санитарно-гигиеническими требованиями и региональными нормативными документами в сфере дополнительного образования детей количество учащихся в учебной группе – 10 детей

**Форма проведения занятий:** аудиторная

Режим занятий: Занятия проводятся по расписанию, утвержденному приказом заведующего МБДОУ «Волошка» г. Ноябрьск

**1.2. Цели, задачи ДОП**

**Цель программы** - содействие полноценному физическому развитию детей, направленному на развитие и совершенствование общей физической подготовленности средствами фитнес– аэробики и формирование устойчивых мотивов и потребностей бережного отношения к собственному здоровью, стремления к активным занятиям физической культурой и спортом, организация досуга дошкольников.

**Основные задачи программы:**

Обучающие:

 - помочь детям познать возможности своего тела посредством выполнения двигательных движений, упражнений;

 - углублять и расширять знания детей об устройстве и работе организма; - формировать знания о здоровом образе жизни.

**Развивающие:**

* развивать уверенность в своих силах;
* развивать основные двигательные качества: силу, выносливость, быстроту, гибкость, координацию.
* развивать чувства ритма, музыкального слуха, память, внимание, умение согласовывать движения с музыкой;
* развивать выразительность, пластичность, грациозность.

 Воспитательные:

* воспитывать умение эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в движениях.
* прививать интерес к музыке, танцу.

**1.3. Содержание учебного плана**

1.3.1. Учебный план

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема****Название раздела , блока** | **Всего часов** | **Форма****контроля** |
| **Всего** | **Практика** |
| **1** | **Классическая****аэробика****«Веселые Ритмы»** | **4** |  **4** | **Мониторинг двигательных умений и качеств детей** |
| **2** | **Фитбол-****аэробика****«Попрыгунчик** | **5** | **5** | **Мониторинг двигательных умений и качеств детей** |
| **3** | **Танцевальная****аэробика****«Русский bыt»** | **4** | **4** | **Мониторинг двигательных умений и качеств детей** |
| **4** | **Степ-аэробика****«Топай ножка»** | **3** | **3** | **Мониторинг двигательных умений и качеств детей** |
|  | **Классическая****аэробика****«Отважные моряки»** | **4** | **4** | **Мониторинг двигательных умений и качеств детей** |
|  | **Фитбол –****аэробика****«Прыг – скок команда»** | **4** | **4** | **Мониторинг двигательных умений и качеств детей** |
| **5** | **Танцевальная****аэробика****«Народный****mix»** | **4** | **4** | **Мониторинг двигательных умений и качеств детей** |
|  | **Степ –****аэробика****«Загадочные****шаги»** | **3** | **3** | **Мониторинг двигательных умений и качеств детей** |
| **6** | **Итоговое занятие** | **1** | **1** | **Диагностика** |
|  | **Итого** | **32** | **32** |  |

**1.3.2. Содержание учебного плана**

**1. Классическая - аэробика «Весѐлые ритмы»**

Объяснение, показ под музыку и без музыки: марш, «пружинка»,«бодрый шаг», приставной шаг, махи ногами; Разминка под музыку«Барбарики»; Разучивание ритмической музыки«harris\_ford\_vs\_gordon\_doyle\_feat\_lisah\_das\_geht\_boom\_shag\_ragga\_rad io\_edit\_(zvukoff.ru)»;

Стретчинг: упражнения для гибкости спины. Релаксация и самомассаж. Под звукиприроды«Zvuki\_prirody-Ruchej\_Muzyka\_dlya\_Relaksacii».

**2. Фитбол-аэробика «Попрыгунчики».**

Объяснение, показ под музыку и без музыки: марш, «бодрый шаг», приставной шаг, прыжки, выпады, махи ногами; Разминка под музыку «Барбарики»;

Разучивание ритмической композиции «Попрыгунчики» «Dlya\_detey- Veselaya\_Muzyka.\_(mp3top100.net)»;

Стретчинг: упражнения для растягивания ягодичных мышц, приводящих и отводящих мышц бедра; Релаксация и самомассаж: сидя на фитболе поглаживание рук, ног с расслаблением в конце под звуки природы «релаксация пение птиц медленная музыка».

**3. Танцевальная аэробика «Русский bit».**

Объяснение, показ под музыку и без музыки: шаги вперед, назад, в сторону; плавныедвижения рук, движения русского народного танца.

Разминка под музыку «Барбарики»;

Разучивание ритмической композиции «Русский bit» «Orkestr-narodnyh-instrumentov- Russkaya- bystraya-kadril\_(mp3keks.com)»; Стретчинг: медленное круг.движ.головой;растягивание внутренних мышц бедра подмузыку Orkestr-narodnyh- instrumentov-Berezka(mp3keks.com);

Релаксация и самомассаж под звуки природы «Zvuki\_prirody-Ruchej\_Muzyka\_dlya\_Relaksacii».

4. Степ-аэробика «Топай ножка»

Объяснение, показ под музыку и без музыки: ходьба различного характера; основные шаги степ-аэробики; Разминка под музыку «Барбарики»;

Разучивание ритмической композиции «Топай ножка» под музыку «Илона, франц»; Стретчинг: упражнения для подвижности лучезапястного сустава, для мышц боковой части туловища

Релаксация и самомассаж под звуки природы «Zvuki\_prirodZvuki\_tropicheskogo\_lesa\_posle\_dozhdya».

Классическая - аэробика «Отважные моряки».

Объяснение, показ под музыку и без музыки: ходьба, подскоки, махи руками и ногами изразных положений;

 **Разминка под музыку «Барбарики»;**

Разучивание ритмической композиции «Отважные моряки» под музыку «Яблочко»; Стретчинг: упражнения для мышц боковой части туловища; Релаксация и самомассаж: Zvuki\_Prirody\_Muzyka\_Morya.

5. Фитбол-аэробика «Прыг-скок команда».

Объяснение, показ под музыку и без музыки: строевые упражнения, подъѐм колена вверх,

«пружинка», приставной шаг, прыжки, выпады; Разминка под музыку «Барбарики»; Разучивание ритмической композиции «Прыг-скок команда» под музыку«Besheniy\_lyagushonok-Drin-\_din- diridin»;

Стретчинг: упражнения для растягивания мышц живота, для гибкости спины под музыку.

Релаксация и самомассаж: сидя на фитболе поглаживание рук, ног под звуки природы

«релаксация пение птиц медленная музыка».

**6. Танцевальная аэробика «Народный mix».**

Объяснение, показ под музыку и без музыки:

 основные шаги русского народного танца; Разминка под музыку «Барбарики»;

Разучивание ритмической композиции «Танцевальный mix» под музыку;

Стретчинг: упражнения для растягивания мышц спины и боковой части туловища; Релаксация и самомассаж под музыку «Sacred Earth Muzyka dlya nastoyaschego rasslableniya Yogi (mp3top100.net)».

**7. Степ-аэробика «Загадочные шаги».**

Объяснение, показ под музыку и без музыки: ходьба различногохарактера, основные шаги степ-аэробики; Разминка под музыку «Барбарики»;

Разучивание спорт. музыкально-ритмической композиции «Загадочные шаги» под музыку «Chris\_ParkerSymphony\_2011\_skripichnaya\_tantsevalnaya\_muzika\_(get-tune.net) »;

Стретчинг: упражнения для подвижности лучезапястного сустава, для мышц плечевого пояса; Релаксация и самомассаж: поглаживание отдельных частей тела под звуки природы Zvuki\_prirody- Pticy\_sverchki.

*I*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **№ п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Задачи** | **Всег часов** | **Оборудование** |
| **Октябрь** | 1 | Классическая | - ознакомление с общей структурой и ржанием занятия | 1 | Музыкальны |
| аэробика«Веселые Ритмы» | й центр,коврики мячи, набор кубиков, |
| 2 | - освоение упражнений общего воздействия, наивные упражнения в устойчивом ритме (под ку) с движениями руками, туловищем, ногами; движения танцевальногохарактера. | 1 |
|  | гимнастичес |
|  | кая скамья, |
|  | Мяч |
|  | гимнастичес |
|  | кий (фитбол) |
| 3 |  | - развитие координации движений рук и ног в ессе ходьбы, быстроты реакции, умение тать движения смузыкой и словом. | 1 |  |
| 4 |  | совершенствование защитных сил низма. | 1 |  |
| **Ноябрь** | 5 | Фитбол- | - ознакомление с общей структурой и содержанием занятия фитбол-аэробикой; | 1 | Музыкальны |
| аэробика«Попрыгунчик | й центр коврикимячи. |
| 6 |  | - освоение техники базовых шагов, изучение инаций и упражнений на мячах; | 1 | стенка |
|  | гимнастичес |
| 7 |  | - совершенствование координации ений и чувства равновесия; | 1 | кая Мяч |
|  | гимнастический (фитбол) |
| 8 |  | - умение сочетать движения с кой и словом. | 1 |
| 9 |  | * упражнять в танцевальных ениях;
* развивать внимание, память.
 | 1 |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Декабрь** | 10 | Танцевальнаяаэробика«Русский bыt | - освоение техники основныхвых танцевальных шагов; | 1 | Музыкальныйцентр Коврики, шочки с песком.Тренажер оска наклонная,гимнастическая скамья, канатМяч гимнастический(фитбол) |
| 11 | - разучивание связок, блоков и программ сльзованием основных движений в евальном стиле; | 1 |
| 12 | - учить самостоятельно изменять движения вветствии со сменой темпа музыки; | 1 |
| 13 | * развивать мышцы шеи, ног; ность движений;
* правильно и ритмично двигаться музыку разного характера;
 | 1 |
| **Январь** | 14 | Степ-аэробика«Топай ножка» | * ознакомление с общей структурой и ржанием занятия степ-аэробикой;
* освоение техники базовых шагов, ение комбинаций и упражнений на степ- ах;
 | 1 | Музыкальный центр Коврики, ешочки с песком платформы Мяч гимнастический(фитбол) |
| 15 | * совершенствование координации ений и чувства равновесия;
* умение сочетать движения с кой и словом.
 | 1 |
| 16 | * упражнять в танцевальных ениях;
* развивать внимание, память.
 | 1 |
| **Февраль** | 17 | Классическаяаэробика«Отважные моряки» | - развитие чувства ритма, координации, ости, выразительности исполнения ений, двигательной памяти и произвольного ания, быстроты реакции, обогащение ательного опыта; | 1 | Музыкальный центр Коврики, модули куб, увалик, мешочкис пескомМяч гимнастический(фитбол) |
| 18 | - освоения упражнений общеговоздействия; упражнения танцевального ктера; | 1 |
| 19 | - умение сочетать движения с музыкой и ом; | 1 |
| 20 | - учить чувствовать расслабление и яжение мышц корпуса. | 1 |
| **Март** | 21 | Фитбол –аэробика«Прыг – с коккоманда» | - ознакомление с общей структурой иржанием занятия фитбол-аэробикой; | 1 | Музыкальныйцентр Коврики, модули куб, полувалик мячиМяч гимнастический(фитбол) |
| 22 | - изучение комбинаций и жнений на мячах; | 1 |
| 23 | - совершенствование координации движений и тва равновесия; -умение сочетать движения с кой исловом. | 1 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 24 |  | - освоение техники упражнений дляития силы мышц плечевого пояса и ы. | 1 |  |
| **Апрель** | 25 | Танцевальнаяаэробика«Народныйmix» | * освоение техники вныхбазовых танцевальных шагов;
* разучивание связок, блоков ограмм с использованием основных ений в танцевальном стиле;
 | 1 | Музыкальный центр Коврики, канат, дугидля подлезания,мячи Мячгимнастический (фитбол) |
| 26 | - учить самостоятельно изменять ения в соответствии со сменой а музыки; | 1 |
| 27 | * формировать умение

выполнять прямой галоп,жки;* развивать мышцы плечевогопояса, плеч, ног;
 | 1 |
| 28 | - развивать чувства координации движений,образноголения. | 1 |
| **Май** | 29 | Степ –аэробика«Загадочныешаги» | - ознакомление с общейктурой и содержанием занятия степ- бикой; освоение техники базовых в, изучение комбинаций и жнений на степ-досках; | 1 | Музыкальный центр,ики степплатформы, мячи, гантели, тренажердоска наклонная Мяч имнастический (фитбол) |
| 30 | - совершенствованиекоординациидвижений и чувства равновесия; - иесочетать движения с музыкой и ом. | 1 |
| 31 | - освоение упражнений общего ействия, интенсивные упражнения в йчивом ритме (под музыку) сениями руками, туловищем,ми; | 1 |
| 32 | Итоговое занятие | * повторение

комбинаций и жнений на фитболах;* повторение

комбинаций степ-бики;* повторение

комбинаций танцевальнойбики;* совершенствование координации движений и

тва ритма; | 1 |
|  | **ИТОГО** | **32** |  |

* 1. **Планируемые результаты.**

Рост показателей уровня физической подготовленности воспитанников. К концу года воспитанник умеет:

**Предметные:**

* -выполнять несложные связки ОРУ без предметов и с предметами (гимнастические палки, ленты, обручи, мячи, скакалки);
* -знать, что такое «фитбол», правильно садиться, держать осанку, выполнять несложные упражнения на равновесие, удержание;
* -выполнять с помощью инструктора элементарные упражнения игрового стретчинга, суставной гимнастики, приемов самомассажа (поглаживание и разминание).
* -выполнять ОРУ (по выбору педагога);
* -осознанно выполнять упражнения суставной гимнастики и стретчинга, преодолевая мышечное напряжение;
* -владеть техникой самомассажа (поглаживание, разминание, постукивание);
* -сочетать двигательные упражнения с дыханием;
* -выполнять комплексы упражнений на фитболах, соответствующие возрасту и подготовке (предложенные педагогом).

 **Метапредметные:**

* последовательность выполнения упражнений: для шеи, рук, плечевого пояса, туловища и ног;
* разные исходные положения: стоя, сидя, лежа на спине, животе, на боку, в различных упорах.

**Личностные:**

* совершенствуются коммуникативные навыки детей при работе в паре, коллективе.
* сформируются предпосылки учебной деятельности: умение и желание заниматься спортом

**Механизм оценивания образовательных результатов.**

* Мониторинг двигательных умений и качеств детей в начале и в конце учебного года;
* Организация открытого занятия с демонстрацией приобретенных умений и навыков;
* Участие в соревнованиях ДОУ.

**Оценочные материалы**

Критерии оценки результативности определяются на основании содержания образовательной программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами.

* Побуждение: интерес к данному виду деятельности.
* Итоговый мониторинг результатов

**Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»**

**2.1.** **Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Год обучения | Дата начала обучения по программе | Дата окончания обучения по программе | Всего учебных недель | Количество учебных часов | Режим занятий |
| 1 год | 02.10.2023 | 27.05.2024 | 32 | 32 часа | Один раз в неделю по 1 академическому часу |

**2.2. Условия реализации программы**

**2.2.1. Материально-технические условия:**

* **Наличие светлого и просторного спортзала для занятий.**
* **Обеспеченность учащихся необходимыми материалами и** инструментами:

мяч Фитбол

муз. сопровождение

обручи

* **Методическое и дидактическое обеспечение:**

наглядно-теоретическая база в виде пособий;

альбомы;

презентации.

* **Психолого-педагогические условия:**

наличие стабильного детского коллектива,

творческая атмосфера на занятиях,

мастерство педагога.

**2.2.2. Информационное обеспечение:**

* компьютер.
* магнитофон

**2.2.3. Кадровое обеспечение:** Согласно Профессиональному стандарту «Педагог

дополнительного образования детей и взрослых», программу Фитнес для малышей ведет

педагог с наличием КПК данного направления имеющий педагогическое образование.

**2.3. Формы аттестации и контроля:**

Одним из способов проверки эффективности программы и средством измерения

достигнутых результатов являются промежуточные и итоговые аттестации.

**Формы отслеживания результатов:**дневник наблюдений

***Формы предъявления и демонстрации результатов:***открытые показы занятий

**2.4. Оценочные материалы**

Изучение результативности работы педагогов строится на основе: входной и итоговой

(результат каждой возрастной ступени дошкольного образования) педагогической

диагностики развития каждого воспитанника.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Координация** | **Прыгучесть** | **Выносливость** | **Гибкость** | **Музыкальность** | **Общий уровень** |
|  |  |  |  |  |  |

**2.5. Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы**

**(Учебно-методический комплекс)**

Для реализации поставленной цели и задач на занятиях используются следующие

методы работы совместной деятельности:

* игровой (использование развивающих игр по темам)
* наглядный метод (демонстрация наглядных пособий, видеоматериалов)
* проблемный (постановка проблемных вопросов, создание проблемных ситуаций)
* практический (самостоятельная работа при выполнении работы)
* словесный (беседа, рассказ)

***2.5.1. Описание методов и приемов обучения***

*Для реализации поставленной цели и задач на занятиях используются следующие методы*

 *работы совместной деятельности:*

* *игровой (использование развивающих игр по темам);*
* *наглядный метод (демонстрация наглядных пособий, видеоматериалов);*
* *проблемный (постановка проблемных вопросов, создание проблемных ситуаций);*
* *практический (самостоятельная работа при выполнении работы);*
* *словесный (беседа, рассказ).*

*2.5.2. Описание образовательных технологий.*

* *здоровье сберегающие*
* *игровые*
* *коллективной спортивной деятельности*

**2.5.3. Перечень видов учебных занятий**

Виды занятий по программе определяются содержанием программы и могут предусматривать

* практические занятия
* игры и игровые технологии,
* выполнение групповых упражнений работы.

***2.5.4. Особенности структуры учебного занятия***

* Организация начала **занятия** (актуализация знаний)
* Постановка цели и задач **занятия** (мотивация)
* Теоретическая часть (ознакомление с новым материалом)
* Практическая часть (первичное закрепление навыков)
* Проверка первичного усвоения знаний
* Рефлексия
* Рекомендации для самостоятельной работы.

 **2.6. Список литературы**

1.Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009.

2.Степаненкова Э.Я. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР.

ПОСОБИЕ

3.ДЛЯ ПЕДАГОГОВ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009.

4.Борисова М.М. малоподвижные игры и игровые упражнения: для занятий с детьми 3-7 лет.

 М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.

5.Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. Для детей от 5-7 лет. - М.: ТЦ Сфера, 2013.

6.Зинатулин С.Н. Планирование и конспекты занятий по обучению детей регуляции дыхания. – М.: Айрис-пресс, 2007.

7.Соломенникова Н.М. Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет. – Волгоград:

 Учитель, 2011.

8.Анисимова Т.Г. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников. – Волгоград: Учитель, 2009.

9.Мелехина Н.А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ.

– СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012.

10.Литвинова О.М. Спортивные упражнения и игры в детском саду.- Ростов

н/Д: Феникс, 2010.

11.Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет.- М.: ТЦ Сфера, 2014.

1. Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг. -

М.: ТЦ Сфера, 2012.

12.Николаева Н.И. Школа мяча. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012.

13.Вареник Е.Н. Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет. - М.: ТЦ Сфера,

2012.

14.Диченскова А.М. Страна пальчиковых игр. .- Ростов н/Д: Феникс, 2012.

15..Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. .- Ростов н/Д: Феникс, 2010.