

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР «ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «22» мая 2023 г.  
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ ДО ДЮЦ  
В.В. Чичиль  
Приказ № 22/01-10 от «26» мая 2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**«КРЕПЫШ»**

(общая физическая подготовка)

*(наименование программы)*

Уровень программы:	<u>ознакомительный</u> <i>(ознакомительный, базовый, углубленный)</i>
Срок реализации программы:	<u>1 год: 74 часа</u> <i>(общее количество часов, количество часов по годам обучения)</i>
Возрастная категория:	<u>от 6 до 8 лет</u>
Состав группы:	<u>до 12 человек</u>
Форма обучения	<u>очная, дистанционная</u>
Вид программы:	<u>модифицированная</u> <i>(модифицированная, авторская)</i>

Программа реализуется на бюджетной основе

ID –номер Программы в Навигаторе: 18705

Автор-составитель:  
Корчагин Павел Александрович,  
педагог дополнительного образования  
(ФИО и должность разработчика)

Краснодар, 2023

# РАЗДЕЛ 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ»

## 1.1. Пояснительная записка

В современном мире к числу наиболее актуальных вопросов образования относится сохранение здоровья подрастающего поколения. Гигиенисты и врачи утверждают, что без движений ребенок не может вырасти здоровым, так как движение – это преграда любой болезни. Двигательный дефицит приводит к нарушениям сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной системы, снижает силу и работоспособность скелетной мускулатуры, слабость которой непременно вызовет изменение осанки, искривление позвоночника, задержку возрастного развития, ловкости, быстроты, а также выносливости всего организма. Недостаток движения приводит к обменным нарушениям и избыточному отложению жира, и как следствие всего - частые простуды, вялость, раздражительность.

Движение – это врожденная потребность организма человека. Полное удовлетворение его особенно важно в дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма. Движение – это и хороший воспитатель. Благодаря ему окружающий мир открывается детям во всем удивительном многообразии. Самый первый жизненный опыт маленького человека связан с движениями глаз, языка, рук, перемещения в пространстве. И первым проявлениям смелости, решительности, своим первым жизненным победам дети тоже обязаны движению.

**Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Крепыш» – физкультурно-спортивная.**

**Содержание программы ориентировано на:**

удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой;

обеспечение духовно-нравственного воспитания;

укрепление здоровья.

**Актуальность.** Программа призвана удовлетворить биологическую потребность растущего организма в двигательной деятельности, дать возможность обучающимся ощутить радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

**Новизна** данной программы основана на комплексном подходе к формированию мировоззрения детей, осознанного в рамках возрастных возможностей отношения к освоению физкультурных ценностей, что традиционно идентифицируется с социально-психологическими задачами воспитания физической культуры человека.

**Педагогическая целесообразность.** Программа составлена с учетом уровня физического и психологического развития детей возрастной категории 6-8 лет, использованы наиболее оптимальные формы организации занятий. Учебный материал акцентирован на ребёнке, на создании

эмоционально-комфортного состояния и благоприятных обстоятельств для развития индивидуальности, позитивных личностных качеств.

**Отличительной особенностью** программы является использование коррекционно-оздоровительной работы. Это обусловлено тем, что объединение посещают дети дошкольного и младшего школьного возраста, имеющие домашнее воспитание и проблемы со здоровьем (часто болеющие, имеющие хронические заболевания). Основу этой работы составляет специально организованные формы двигательной деятельности.

**Адресат программы.** Данная программа адресована детям 6-8 лет. Набор детей в группы проводится по личному заявлению родителей. Обязательно наличие письменного разрешения врача о допуске к занятиям. Набор в группы происходит без специального отбора. Количество детей в группе – 12 человек.

**Объем и сроки реализации программы.**

Программа рассчитана на один год обучения. Календарный учебный график включает 74 часа.

**Уровень программы.** Программа реализуется на базовом уровне.

**Форма обучения** – очная. В случае неблагоприятной эпидемиологической обстановки или иных условий, препятствующих реализации программы в очной форме обучения, существуют ресурсы для осуществления обучения в дистанционной форме.

**Режим занятий.** Занятия для этой возрастной категории обучающихся в соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14 проводятся 2 раза в неделю по 40 минут, всего 2 часа в неделю.

**Особенности организации образовательного процесса**

Состав группы – постоянный, занятия - групповые, виды занятий включают практические занятия, игры и зачетные занятия.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Целью** программы является *создание условий для воспитания физически развитой личности ребенка с высоким уровнем морально-волевых качеств.*

Основные **задачи** программы заключаются в следующем:

*Образовательные (предметные):*

развивать представления о здоровом образе жизни, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем;

учить уверенно и активно выполнять основные элементы техники движений (общеразвивающие упражнения, основные движения, спортивные упражнения);

формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.

*Личностные:*

целенаправленно развивать скоростно-силовые качества (ловкость, быстроту и общую выносливость);  
укреплять здоровье детей.

*Метапредметные:*

развивать мотивацию к занятиям физической культурой и спортом;  
формировать культуру общения и навыки поведения на занятиях.

Эффективность учебно-воспитательного процесса во многом определяется планированием, которое призвано обеспечить не только последовательное, рациональное распределение программного материала, но и освоение, а также непрерывное совершенствование выполнения всех видов физических упражнений.

### 1.3. Содержание

#### Учебно-тематический план

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Беседа, опрос
<b>2.</b>	<b>Раздел «Порядковые упражнения»</b>	<b>16</b>	<b>1</b>	<b>15</b>	Наблюдение тестирование
<b>3.</b>	<b>Раздел «Основные движения»</b>	<b>32</b>	<b>3</b>	<b>29</b>	Наблюдение тестирование
3.1	<i>Строевые упражнения</i>	<i>13</i>	<i>1</i>	<i>12</i>	Наблюдение тестирование
3.2	<i>Общеразвивающие упражнения</i>	<i>10</i>	<i>1</i>	<i>9</i>	Наблюдение тестирование
3.3	<i>Расслабляющие упражнения</i>	<i>9</i>	<i>1</i>	<i>8</i>	Беседа, опрос наблюдение
<b>4.</b>	<b>Раздел «Подвижные игры»</b>	<b>21</b>	<b>2</b>	<b>19</b>	Наблюдение, опрос, зачет
4.1	<i>Игры высокой подвижности</i>	<i>9</i>	<i>1</i>	<i>8</i>	наблюдение опрос
4.2	<i>Игры средней подвижности</i>	<i>8</i>	<i>1</i>	<i>7</i>	Наблюдение опрос
4.3	<i>Игры малой подвижности</i>	<i>4</i>	<i>-</i>	<i>4</i>	Наблюдение, опрос зачет
<b>5.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>	Беседа
<b>Итого:</b>		<b>74</b>	<b>7</b>	<b>67</b>	

#### Содержание учебного плана

##### Тема 1. Вводное занятие

Организационный сбор. Правила ТБ. Введение в образовательную программу.

## РАЗДЕЛ 2. «ПОРЯДКОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ»

*Теория:* Правила выполнения порядковых упражнений.

*Практика:* Выполнение различных видов ходьбы, бега, прыжков, введений мяча.

### *Ходьба*

Обычная ходьба в колонне, в чередовании с ходьбой на носках, руки вверх; высоко поднимая колени, руки в сторону; на наружных сводах стоп, руки за голову; выпады, руки на пояс; перекат с пятки на носок; «змейкой», огибая предметы; перекрестная ходьба (правая рука и левая нога, как при обычной ходьбе движутся на встречу друг другу. Обязательно следует коснуться рукой колена, на стороне, противоположной руке); ходьба в колонне с различным положением рук; высоко поднимая колени; ходьба спиной вперед; ходьба в колонне с мячом; ходьба парами с заданиями; перешагивая предметы; с ритмичными хлопками под левую ногу; ходьба в полуприседе.

### *Бег*

Бег в колонне с изменением темпа, в рассыпную в чередовании с ходьбой в колонне; бег с остановками по сигналу; «змейкой» огибая предметы, с высоким подниманием колена; широким шагом, боковым галопом, с захлестыванием голеней; бег с заданиями на сигнал; по диагонали зала; бег в колонне по два; спиной вперед.

### *Прыжки*

Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед «змейкой»; прыжок в длину с места, расстояние 90 см; из обруча в обруч, положенные в ряд и в шахматном порядке; прыжки в высоту; прыжки на двух ногах через шнур; на двух ногах правым и левым боком; прыжок в длину с разбега.

### *Ползание*

Ползание на четвереньках «змейкой», огибая предметы; ползание в ряд обручей боком; ползание «по-пластунски» вперед и назад, с переползанием через препятствие; ползание на четвереньках, подталкивая головой мяч в прямом направлении; ползание поочередно сгибая ноги.

### *Ведение мяча.*

Отбивание мяча в ходьбе «змейкой», перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах, отбивание мяча на месте правой и левой рукой, отбивание одной рукой и ловля двумя, ведение мяча правой и левой рукой в прямом направлении, подбрасывание мяча вверх двумя руками и ловля не прижимая к груди, ловля после хлопка, бросок мяча вверх, ловля одной рукой, передача мяча друг другу стоя на коленях, сидя по-турецки.

## РАЗДЕЛ 3. «ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ»

### **Тема 3.1. Строевые упражнения**

*Теория:* Правила выполнения строевых упражнений.

*Практика:* Выполнение строевых упражнений под подачу команд педагогом.

Построение в шеренгу; прыжком перестроение в колонну, две колонны, переступанием; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты кругом; выполнение команд: «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»; в движении перестроение через центр парами, противоходом через центр в колонну; расчет на 1-й, 2-й, перестроение на два круга по расчету; построение в две, три, четыре колонны по звеньям, перестроение в круг.

### **Тема 3.2. Общеразвивающие упражнения**

*Теория:* Правила выполнения общеразвивающих упражнений

*Практика:* Выполнение общеразвивающих упражнений.

Комплекс упражнений с мячом.

Комплекс упражнений с гимнастической палкой.

Комплекс упражнений с обручем.

Комплекс упражнений с большим обручем в тройках.

Комплекс упражнений в парах.

Комплекс упражнений у гимнастической стенки.

Комплекс упражнений с резиновым мячом ( $d = 20$  см).

### **Тема 3.3. Расслабляющие упражнения**

*Теория:* Правила выполнения упражнений на расслабление.

*Практика:* Выполнение расслабляющих упражнений.

Расслабляющие упражнения (релаксация) – снятие эмоционального и мышечного напряжения. Релаксация не означает, что дети должны непременно лечь – наклоны, потягивания и другие движения тоже очень эффективны. Хороший помощник расслабления – детское воображение.

Чередование напряжения и расслабления:

Упражнение «Штанга».

Упражнение «Медвежата в берлоге».

Этюды на расслабление:

Упражнение «Шалтай-болтай».

Упражнение «Снежная баба».

Упражнение «Волшебный цветок».

Расслабление по представлению:

Дети ложатся в удобную расслабляющую позу, не мешая друг другу, закрывают глаза. Педагог включает спокойную музыку и успокаивающим голосом четко произносит текст с позитивным образным рядом. Последние фразы произносятся чуть бодрее, громче, быстрее.

## **РАЗДЕЛ 4. «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

### **Тема 4.1. Игры высокой подвижности**

*Теория:* Виды, отличительные особенности игр высокой подвижности.

*Практика:* Игры «Чье звено быстрее соберется», «Быстро возьми», «Охотники и утки», «Удочка», «Змея в траве», «Ловцы и обезьяны», «Мяч над веревкой», «Пожиратель рыб», «Переправа».

## **Тема 4.2. Игры средней подвижности**

*Теория:* Виды, отличительные особенности игр средней подвижности.

*Практика:* Игры «Большая черепаха», «Горячая картошка», «День и ночь», «Дракон», «Забей гол в ворота», «Озорные гномы», «Смелый охотник», «Переправа на плотках».

## **Тема 4.3. Игры малой подвижности**

*Теория:* Виды, отличительные особенности игр средней подвижности.

*Практика:* Игры «Будь внимательным», «Запрещенное движение», «Запомни и повтори».

## **Тема 5. Итоговое занятие**

Подведение итогов года.

### **1.4. Планируемые результаты**

#### *Предметные результаты*

По окончании освоения учебной нагрузки обучающиеся

#### **должны знать:**

правила здорового образа жизни, важности гигиенической и двигательной культуры, средства укрепления здоровья;

правила выполнения порядковых, общеразвивающих, строевых упражнений и подвижных игр;

правила безопасного поведения на занятиях физкультурно-спортивной направленности;

различные способы перестроения.

#### **Уметь:**

правильно выполнять общеразвивающие упражнения, упражнения в беге, прыжки;

иметь представление о способах ведения и передачи мяча;

соблюдать темп и ритм в соответствии с музыкальным сопровождением;

работать в паре и команде.

#### *Личностные результаты:*

развиты скоростно-силовые качества, координация, ловкость, гибкость мышц и связок, что снижает риск получения травм;

сформирована правильная осанка.

#### *Метапредметные результаты:*

развита мотивация к занятиям физической культурой и спортом;

сформирована культура общения.



## РАЗДЕЛ № 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

### 2.1. Календарный учебный график программы

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	Форма контроля
1.	<b>Вводное занятие.</b> Орг. сбор	1 (по 40 мин.)		беседа
2.	Правила ТБ, ППБ, антитеррор	1 (по 40 мин.)		опрос
3.	<b>Порядковые упражнения.</b> Ходьба в колонне	1 (по 40 мин.)		наблюдение
4.	Ходьба на носках, руки вверх	1 (по 40 мин.)		наблюдение
5.	Ходьба с высоким подниманием колен, руки в сторону.	1 (по 40 мин.)		наблюдение
6.	Бег в колонне с изменением темпа	1 (по 40 мин.)		наблюдение
7.	Бег с остановками по сигналу	1 (по 40 мин.)		наблюдение
8.	Бег в колонне «змейкой»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
9.	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед «змейкой»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
10.	Прыжок в длину с места на 90 см	1 (по 40 мин.)		тестирование
11.	Ползание на четвереньках «змейкой»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
12.	Ползание в ряд обручей, боком	1 (по 40 мин.)		наблюдение
13.	Ползание «по-пластунски»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
14.	Ползание на четвереньках с мячом	1 (по 40 мин.)		наблюдение
15.	Отбивание мяча в ходьбе «змейкой»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
16.	Перебрасывание мяча в шеренгах	1 (по 40 мин.)		наблюдение
17.	Отбивание мяча на месте правой и левой рукой	1 (по 40 мин.)		наблюдение
18.	Отбивание мяча одной рукой и ловля двумя	1 (по 40 мин.)		наблюдение
19.	<b>Основные движения. Строевые упражнения.</b> Построение в шеренгу	1 (по 40 мин.)		тестирование
20.	Перестроение прыжком в колонну	1 (по 40 мин.)		тестирование
21.	Перестроение прыжком в две колонны	1 (по 40 мин.)		тестирование
22.	Перестроение в колонну переступанием	1 (по 40 мин.)		наблюдение
23.	Размыкание и смыкание приставным шагом	1 (по 40 мин.)		наблюдение
24.	Повороты кругом	1 (по 40 мин.)		наблюдение
25.	Выполнение команды «Равняйся», «Смирно», «Вольно»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
26.	Перестроение через центр парами	1 (по 40 мин.)		наблюдение
27.	Перестроение противоходом через центр в колонну	1 (по 40 мин.)		тестирование
28.	Расчет на 1-й, 2-й	1 (по 40 мин.)		наблюдение
29.	Перестроение на два круга по расчету	1 (по 40 мин.)		наблюдение
30.	Построение в две, три колонны по звеньям	1 (по 40 мин.)		наблюдение
31.	Перестроение в круг	1 (по 40 мин.)		наблюдение
32.	<b>Общеразвивающие упражнения</b>	1 (по 40 мин.)		наблюдение
33.	Комплекс упражнений с мячом	1 (по 40 мин.)		наблюдение

34.	Комплекс упражнений с мячом	1 (по 40 мин.)		наблюдение
35.	Комплекс упражнений с гимнастической палкой	1 (по 40 мин.)		наблюдение
36.	Комплекс упражнений с обручем	1 (по 40 мин.)		наблюдение
37.	Комплекс упражнений с обручем	1 (по 40 мин.)		наблюдение
38.	Комплекс упражнений с большим обручем в тройках	1 (по 40 мин.)		наблюдение
39.	Комплекс упражнений в парах	1 (по 40 мин.)		наблюдение
40.	Комплекс упражнений у гимнастической стенки	1 (по 40 мин.)		тестирование
41.	Комплекс упражнений с резиновым мячом	1 (по 40 мин.)		наблюдение
42.	<b>Расслабляющие упражнения</b>	1 (по 40 мин.)		наблюдение
43.	Чередование напряжения и расслабления	1 (по 40 мин.)		наблюдение
44.	Упражнение «Штанга»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
45.	Упражнение «Медвежата в берлоге»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
46.	Этюды на расслабление	1 (по 40 мин.)		тестирование
47.	Упражнение «Шалтай-болтай»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
48.	Упражнение «Снежная баба»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
49.	Упражнение «Волшебный цветок»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
50.	Расслабление по представлению	1 (по 40 мин.)		тестирование
51.	<b>Подвижные игры. Игры высокой подвижности</b>	1 (по 40 мин.)		наблюдение
52.	Игра «Через веревку»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
53.	Игра «Чье звено быстрее соберется»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
54.	Игра «Быстро возьми»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
55.	Игра «Охотники и утки»	1 (по 40 мин.)		опрос
56.	Игра «Мяч и веревка»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
57.	Игра «Змея в траве»	1 (по 40 мин.)		опрос
58.	Игра «Пожиратель рыб»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
59.	Игра «Ловцы и обезьяны»	1 (по 40 мин.)		опрос
60.	<b>Игры средней подвижности.</b> Игра «Большая черепаха»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
61.	Игра «Смелый охотник»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
62.	Игра «Горячая картошка»	1 (по 40 мин.)		опрос
63.	Игра «День и ночь»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
64.	Игра «Забей гол в ворота»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
65.	Игра «Озорные гномы»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
66.	Игра «Передай - садись»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
67.	Игра «Переправа на плотках»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
68.	<b>Игры малой подвижности.</b> Игра «Будь внимательным»	1 (по 40 мин.)		опрос
69.	Игра «Запрещенное движение»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
70.	Игра «Запомни и повтори»	1 (по 40 мин.)		наблюдение
71.	Зачетный урок	1 (по 40 мин.)		зачет
72.	Зачетный урок	1 (по 40 мин.)		беседа
73.	<b>Итоговое тестирование</b>	1 (по 40 мин.)		тест
74.	<b>Итоговое занятие</b>	1 (по 40 мин.)		

## 2.2. Условия реализации программы

*Материально-техническое обеспечение.* Для реализации программы необходимо наличие хорошо проветриваемого просторного помещения, оборудованного гимнастической стенкой.

У каждого обучающегося должна быть личная спортивная форма и кроссовки.

*Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы:* скакалки, футбольный, баскетбольный, волейбольный мячи, обручи, фишки, гимнастические палки, маты.

*Информационное обеспечение:* магнитофон, аудиозаписи.

*Кадровое обеспечение.* Для реализации программы требуется педагог, обладающий профессиональными знаниями в физкультурно-спортивной области, имеющий практические навыки в педагогической сфере, владеющий знаниями детской психологии.

## 2.3. Формы аттестации

*Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:* грамоты, дипломы, журнал посещаемости, материалы анкетирования и тестирования, протоколы соревнований, фото, отзывы детей и родителей.

*Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:* диагностическая карта, открытое занятие, отчет итоговый, портфолио, соревнование.

## 2.4. Оценочные материалы

Результативность освоения программы оценивается при помощи карт диагностики.

### Карта диагностики успешности обучающихся по программе «Крепыш»

№	Ф.И. ребенка	Знания правил ТБ	Бег	Прыжки	Владение мячом	Строевые упражнения	Общеразвивающие упражнения	Упражнения на расслабление	Подвижные игры
1									
2									
3									
4									
5									

## ***Уровни усвоения программы***

***Низкий.*** Ребенок неуверенно выполняет упражнения. Не замечает ошибок других детей и собственных. Нарушает правила в игре, увлекаясь ее процессом. С трудом сдерживает свои желания, слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений. Интерес к физическим упражнениям низкий.

***Средний.*** Ребенок правильно выполняет большинство физических упражнений, но не всегда проявляет должностные усилия. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Понимает зависимость между качеством выполнения упражнений и результатом. Хорошо справляется с ролью водящего, правила не нарушает, но интереса к самостоятельной организации игр не проявляет.

***Высокий.*** Ребенок уверенно, точно, с большим напряжением и хорошей амплитудой, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.

Проявляет самоконтроль самооценку. Стремится к лучшему результату, оценивает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. Интерес к физическим упражнениям высокий, стойкий.

### **2.5. Методические материалы**

***Методы:*** обучения (словесный, наглядный, практический, репродуктивный, проблемный); воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация).

***Технологии:*** группового обучения, блочно-модульного обучения, развивающего обучения, игровой деятельности, здоровьесберегающая технология.

***Формы организации учебного занятия*** - беседа, игра, открытое занятие, практическое занятие, соревнование.

***Дидактические материалы*** – инструкционные, задания, упражнения.

В основу оздоровления и физического развития дошкольников положены современные научные технологии, способствующие развитию физической культуры и личностно–ориентированному здоровьесбережению ребенка. Для этого производится отбор педагогических технологий с учетом возрастных особенностей детей и их функциональных возможностей на данном этапе развития.

Внедряется технология здоровьесберегающей среды:

- обеспечение благоприятной гигиенической обстановки условий для преобладания положительных эмоций у детей;

- оптимальный двигательный режим, основанный на рациональном соотношении разных видов двигательной деятельности (с учетом сезонных, возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников);
- обеспечение нормального температурного режима в помещении, рациональная одежда, оздоровительный бег;
- проектирование физкультурно-игровой среды с целью оздоровления детей и всестороннего развития личности (оснащение занятий и физкультурным оборудованием).

Модернизируется содержание работы с детьми на основе внедрения личностно-ориентированных педагогических технологий:

- проведение дифференцированных занятий с учетом двигательной активности детей, состояния здоровья, уровня физической подготовленности и половозрастных различий;
- внедрение элементов креативной педагогики с целью формирования у детей положительной мотивации к самовыражению в движении и образном перевоплощении для удовлетворения потребности в двигательной активности.

Для достижения физического и нравственного совершенства необходимо решить три группы задач: образовательных, воспитательных, оздоровительных. Группа образовательных задач состоит из усвоения теоретических и методических основ общеразвивающих упражнений и подвижных игр.

Решение воспитательных задач предусматривает воспитание нравственных, волевых качеств. Оздоровительные задачи позволяют контролировать развитие форм и функций организма, сохранять и укреплять здоровье на основе использования восстановительных и медицинских мероприятий.

На занятиях изучаются различные элементы техники и тактики игр, исправляются ошибки, закрепляются знакомые двигательные действия, дети знакомятся с новыми двигательными действиями.

В практических занятиях важное значение имеет разминка. В разминку включают различные упражнения - упражнения для крупных групп мышц, малых групп мышц и другие. Педагогу рекомендуется показывать правильное выполнение движений, играть с детьми и четко, ясно излагать правила игр.

Ознакомление с двигательным действием происходит в соответствии с принципом сознательности и активности с помощью рассказа, объяснения, демонстрации и практического опробования (в целом или по частям), что позволяет выделить и использовать имеющиеся в двигательном опыте готовые элементы и подсистемы координации, которые будут служить предпосылкой для построения движения.

## 2.6. Список литературы

### *Нормативные документы*

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 30.11.2016 г. № 11;
3. Национальный проект «Образование», утвержден президиумом Совета при президенте РФ (протокол от 03.09.2018 №10);
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г.;
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
6. Приказ Министерства образования и науки РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
8. СП 2.43648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 № 61573.
9. Закон Краснодарского края от 16 июля 2013 г. № 1770-КЗ «Об образовании в Краснодарском крае»;
10. Закон Краснодарского края от 21 июля 2008 г. № 1539-КЗ «О мерах по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в Краснодарском крае» (с изменениями на 11 декабря 2018 г.);
11. Региональный проект «Успех каждого ребенка» (протокол регионального проектного комитета № 7-Р от 13.12.2018);

### *Литература, использованная при составлении программы*

12. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);
13. Поголяева М.Н., Попова И.Н. Дополнительные образовательные программы нового поколения и оценка их результативности. Монография. —

М.: ООО «Новое образование», СПб.: Свое издательство, 2017. — 80 с. — (Библиотечка для учреждений дополнительного образования детей);

14. Буйлова Л. Н. Современные подходы к разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ / Л. Н. Буйлова // Молодой ученый. — 2015. — №15. — с. 567-572;

15. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, РМЦ ДО Краснодарского края, 2020;

16. Локальные акты МБОУ ДО ДЮЦ

17. Спилман. Когда я верю в себя. Полезные сказки. Питер Класс, 2019.

18. Кови Шон. Семь навыков высокоэффективных тинейджеров. - Добрая книга, 2019.

19. Бишаева А.А. Физическая культура - М: 2012. - 304с.

20. Вилкова Н.М. Справочник учителя физической культур. – М., 2016.

#### **Список литературы для родителей**

1. Петров С.С. Физическая культура. 1-2 классы. – М.: Издательство «Вентана-Граф», 2016.

### **РАЗДЕЛ III. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ «КРЕПЫШ»**

Рабочая программа воспитания для обучающихся детского объединения «Крепыш» разработана педагогом дополнительного образования согласно требованиям **следующих нормативных документов:**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
3. Указ Президента РФ от 21 июля 2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р;
5. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р;
6. Государственная программа РФ «Развитие образования», утвержденная постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017 года № 1642 (ред. От 16.07.2020);
7. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16);
8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
9. Программа воспитания МБОУ ДО ДЮОЦ «Планета детства» на 2022-2025 гг.

#### **1. Пояснительная записка**

Воспитательная программа объединения «Крепыш» направлена на приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в обществе. Она призвана обеспечить достижение обучающимся личностных результатов: сформировать у них готовность к саморазвитию, социально-значимые качества личности. Программа позволяет мотивировать детей на освоение предложенного вида деятельности, формировать у них трудолюбие, дисциплинированность, организованность, терпение, упорство в достижении результата, уверенность в себе, самостоятельность, коммуникативную компетентность.



### ***Адресат программы***

Рабочая программа воспитания предназначена для обучающихся детского объединения «Крепыш» в возрасте 6-8 лет, а также их родителей (законных представителей) и рассчитана на один учебный год.

## **2. Цель и задачи**

***Целью*** программы является создание благоприятных условий для успешной социализации детей.

### ***Задачи:***

включать детей в интересную и полезную деятельность, в ходе которой они приобретут социально значимые знания, получают опыт участия в социально значимых делах;

поддерживать традиции и активно участвовать в жизни МБОУ ДО ДЮОЦ;

формировать и развивать спортивные способности;

реализовывать воспитательные возможности предметной среды МБОУ ДО ДЮОЦ;

организовывать работу с родителями (законными представителями) детей, направленную на совместное решение проблем личностного развития.

### ***Планируемые результаты реализации программы воспитания***

**Обучающиеся объединения**

получат навыки активного включения в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

сформируются положительные качества личности: дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;

научатся управлять своими эмоциями в различных ситуациях, оказывать помощь членам коллектива, находить с ними общий язык и общие интересы; формированию ответственности за себя и других;

разовьют коммуникативный потенциал в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности.

## **3. Содержание программы**

Преимущество в воспитательной деятельности педагогом отдается следующим воспитательным технологиям: технологии воспитания в процессе обучения, игровые технологии, технологии создания ситуации успеха, здоровые берегающие технологии, информационно-коммуникационные технологии.

В процессе воспитания используются следующие методы:

формирования сознания (объяснение, рассказ, пример);

организации деятельности и формирования опыта поведения (приучение, педагогическое требование, упражнение, воспитывающие ситуации);

стимулирования поведения и деятельности (поощрение и наказание).

Приоритетом в воспитательной работе является духовно-нравственное развитие, которое реализуется посредством:

создания положительного психологического климата;

создания ситуаций успеха для каждого обучающегося, формирования у него умения утверждаться в среде сверстников социально приемлемым способом;

использования форм массовой воспитательной работы, в которых каждый смог бы примерить на себя разные социальные роли.

Данная работа, ее характер и содержание строятся с учетом возрастных особенностей детей, их интересов.

Учебные занятия направлены:

на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни и обеспечивают развитие у детей физических способностей;

таких качеств, как воля, благородство, уверенность в себе, жизнестойкость, патриотизм;

приобретение навыков самообороны, самодисциплины, осознанный выбор жизненного пути.

Воспитательная работа планируется по следующим **модулям**:

### **Модуль «КЛЮЧЕВЫЕ КУЛЬТУРНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ СОБЫТИЯ»**

Участие обучающихся объединения в пространстве МБОУ ДО ДЮЦ. Деятельность имеет следующие формы:

традиционные общие мероприятия, праздники;

показательные выступления;

соревнования;

летняя оздоровительная кампания.

### **Модуль «ВОСПИТАНИЕ НА УЧЕБНОМ ЗАНЯТИИ»**

Учебные занятия в спортивном объединении направлены на раскрытие спортивного потенциала ребенка, получение опыта познания себя, повышают общекультурный уровень детей, формируют культуру здорового и безопасного образа жизни и обеспечивают развитие физических способностей путем использования различных воспитательных моментов в процессе обучения, подбора теоретического материала.

Реализация этого модуля предполагает следующее:

- побуждение обучающихся соблюдать общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогами) и сверстниками;

- использование воспитательных возможностей для демонстрации детям

примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности;

- включение в занятие игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний и умений, налаживанию позитивных межличностных отношений в группе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятий.

### **Модуль «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ»**

Главными задачами работы с родителями (законными представителями) обучающихся является педагогическое просвещение, оказание дифференцированной и индивидуальной помощи в воспитании, организация досуга.

#### ***План работы с родителями***

№ п/п	Формы взаимодействия	Тема, название	Сроки
1.	Родительское собрание	Планы на учебный год	Сентябрь
2.	Беседы	«Недели безопасности» «Профилактика травматизма и несчастных случаев на дорогах»	Сентябрь
3.	Анкетирование родителей (на сайте ОО)	Удовлетворенность / неудовлетворенность процессом обучения	Ноябрь, Май
4.	Беседа	«Безопасные каникулы»	Декабрь, Март, Май
5.	Индивидуальные и групповые консультации	Эффективные способы воспитания	В течение года
6.	«Итоги года»	Открытое занятие	Май

#### **4. Оценка результативности реализации программы воспитания. Формы аттестации**

Успешность реализации программы воспитания обучающихся детского объединения «Крепыш» являются результатом педагогических наблюдений педагога – руководителя объединения, анкетирования обучающихся и их родителей (законных представителей). Он показывает реальность достижения воспитательных целей, поставленных педагогом в этом учебном году перед детьми.

Для оценки результатов выполнения программы в плане воспитательной деятельности в течение года проводятся игры на взаимопомощь, коллективную работу и выявления лидерских качеств. Все наблюдения анализируются педагогом.

С помощью методики «Лесенка» производится оценивание детьми своих личностных качеств, таких, как доброта; умственные качества; сила; смелость; здоровье; внешность; волевые качества. Методика позволяет определить высоту самооценки детей, ее устойчивость или противоречивость, а также адекватность представлений ребенка о самом себе.

Рабочей программой воспитания предусмотрен механизм оценки личностных качеств обучающихся, которые позволяют выявить основные индивидуальные особенности ребенка, легко наблюдаемы и контролируемы, доступны для анализа любому педагогу и не требуют привлечения других специалистов. В качестве методов диагностики личностных изменений ребенка используются наблюдение, анкетирование, устное тестирование, диагностическая беседа, метод рефлексии и др.

№	ФИО	Возраст	Оценка личностных качеств						
			Лидерские качества	Само оценка	Выражение мыслей	Волевые качества	Спортивные качества	Степень соустойчивость	Культура поведения

**Оценки:** 1, 2, 3, 4, 5, где 1 – очень низкая, 5– очень высокая.

### Список использованной литературы

1. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] /Л.И Божович - СПб., Питер, 2014. – 211 с.
2. Волков, Б.С. Волкова Н.В. Детская психология. От рождения до школы [Текст]/ Б.С. Волков, Н.В. Волкова - СПб.: Питер, 2014. – 128 с.
3. Воспитательный процесс: изучение эффективности: методические рекомендации/ под редакцией Е.Н. Степанова – М., 2016;
4. Каргина З.А. Практическое пособие для работы педагога дополнительного образования. – Изд. доп.– М.: Школьная Пресса, 2008;
5. Маленкова П.И. Теория и методика воспитания/ М., 2017;
6. Ольшанская, Е.В. Развитие мышления, внимания, памяти, восприятия, воображения, речи. Игровые задания [Текст] Е.В. Ольшанская - М.: Первое сентября, 2014. – 273 с.

**5. Календарный план  
воспитательной работы объединения «Крепыш»  
на 2023-2024 учебный год**

№	Название	Форма проведения	Дата	Уровень
<b><i>Сентябрь</i></b>				
1.	«Правила внутреннего распорядка»	Беседа		Объединение
2.	«Перетягивание каната»	Соревнования		МБОУ ДО ДЮЦ
<b><i>Октябрь</i></b>				
3.	«Весёлые старты»	Соревнования		Объединение
<b><i>Мероприятия в рамках осенних каникул</i></b>				
4.	Подвижные игры	Соревнования		Объединение
5.	«Герои спорта»	Беседа-презентация с практическими заданиями		Объединение
<b><i>Декабрь</i></b>				
6.	«Новогодние старты»	Соревнования		Объединение
<b><i>Январь-февраль</i></b>				
7.	Прыжки в высоту	Соревнования		МБОУ ДО ДЮЦ
8.	Дартс	Соревнования		МБОУ ДО ДЮЦ
<b><i>Мероприятия в рамках весенних каникул</i></b>				
9.	«Рекорды ДЮЦ»	Соревнования		МБОУ ДО ДЮЦ
<b><i>Апрель</i></b>				
10.	«Праздник смеха»	Соревнования		Объединение
11.	«Полоса препятствий»	Соревнования		МБОУ ДО ДЮЦ
<b><i>Май</i></b>				
12.	«Русские народные игры»	Соревнования		Объединение