

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 1 «Умка» Артемовского городского округа



«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ
детский сад № 1
Н.Н. Шиганова
«28» августа 2021 г.

«Игровой стретчинг»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

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

Методист: Миронова
Валентина Николаевна

Артем

2021

Раздел № 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами детских садов, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения.

Недостаточная двигательная активность отмечается у совсем маленьких детей. Конечно, в первую очередь от этого страдает мышечная система, снижается тонус мышц. Тем самым способствует нарушению осанки, кровообращения, сердечно-сосудистой системы, функции дыхания, центральной нервной системы. Проблема не нова, но достаточно актуальна для воспитанников нашего детского сада. Это показывает необходимость внедрения новых оздоровительных технологий, как в образовательный процесс, так и в кружковую работу с воспитанниками.

Актуальность данной программы заключается в том, что она, посвящена развитию и коррекции физических качеств детей, раскрытию творческих способностей.

Направленность программы физкультурно-спортивная.

Уровень освоения базовый.

Отличительной особенностью программы является то, что она имеет инновационный характер. В системе работы используется оздоровительная методика Назаровой А.Г., педагога-психолога, методиста института валеологического образования, сотрудника Института образования взрослых РАО (Санкт-Петербург).

По методике дети обучаются упражнениям стретчинга в игровой форме.

Упражнения, охватывающие все группы мышц, носят близкие и понятные детям названия животных или имитационных действий и выполняются походу сюжетно-ролевой игры, основанной на сценарии по сказочному сюжету. На занятии даётся сюжет сказки – игра, в которой дети превращаются в различных животных,

насекомых и т.п., выполняя в такой интересной форме сложные упражнения. Все упражнения выполняются под соответствующую музыку. Эффективность подражательных движений заключается в том, что через образы животных, сказочных персонажей и др. можно осуществлять частую смену двигательной деятельности из различных исходных положений и с большим разнообразием их видов, что даёт хорошую физическую нагрузку на все группы мышц.

В результате занятий стретчингом у детей формируется правильная осанка, воспитанники «заряжаются энергией».

Адресат программы дети старшего дошкольного возраста (5-6 лет).

Особенности организации образовательного процесса определяются с учётом возрастных особенностей учащихся и требований СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»:

- группы от 10 до 25 человек;
- форма проведения занятий: групповая;
- занятия проходят во второй половине дня;
- режим занятий: 1 занятие 1 раз в неделю;
- возможность и условия зачисления в группы второго и последующих годов обучения: второй и последующий года обучения Программой не предусмотрены;
- продолжительность образовательного процесса:
- срок реализации – 1 год;
- продолжительность занятий - 25 мин.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

Укрепление здоровья и содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами игрового стретчинга и танцевально-игровой гимнастики.

Задачи программы:

Воспитательные:

- способствовать становлению ценностей здорового образа жизни;
- воспитывать желание добиваться успеха;
- воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в движениях.

Развивающие:

- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, силовые и координационные способности;
- развивать мышление, воображение, познавательную активность, расширять кругозор;
- содействовать профилактике плоскостопия;
- способствовать формированию правильной осанки;

Обучающие:

- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений.

1.3 Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Название модуля, темы	Количество часов			Месяц
		Всего	Теория	Практика	
Модуль «I полугодие»					
1	«Сказка про Утёнка»	1	0,5	0,5	сентябрь
2	«В гостях у Дуба»	1	0,5	0,5	сентябрь
3	«На лесной полянке»	1	0,5	0,5	сентябрь
4	«Бабочки»	1	0,5	0,5	сентябрь
5	«Сказка о море»	1	0,5	0,5	октябрь
6	«Морское путешествие»	1	0,5	0,5	октябрь
7	«Как мы съездили на море»	1	0,5	0,5	октябрь

8	«ДеревняПростоквашино»	1	0,5	0,5	октябрь
9	«Кто в нашем домике живёт»	1	0,5	0,5	ноябрь
10	«Простотак!»	1	0,5	0,5	ноябрь
11	«Зоопарк»	1	0,5	0,5	ноябрь
12	«Красочки»	1	0,5	0,5	ноябрь
13	«Зимняясказка»	1	0,5	0,5	декабрь
14	«Карнавал»	1	0,5	0,5	декабрь
15	«Птичийдвор»	1	0,5	0,5	декабрь
16	Игры - соревнования	1	0,5	0,5	декабрь
<i>Всего</i>		<i>16</i>	<i>8</i>	<i>8</i>	
Модуль «II полугодие»					
17	«Карнавал»	1	0,5	0,5	январь
18	«Зимняясказка»	1	0,5	0,5	январь
19	«Сказка о карандаше и резинке»	1	0,5	0,5	февраль
20	«Кто в нашем домике живёт»	1	0,5	0,5	февраль
21	«ДеревняПростоквашино»	1	0,5	0,5	февраль
22	«Красочки»	1	0,5	0,5	февраль
23	«Прогулка по джунглям»	1	0,5	0,5	март
24	«В гости к Кролику»	1	0,5	0,5	март
25	«Птичий двор»	1	0,5	0,5	март
26	«Цветик-семицветик»	1	0,5	0,5	март
27	«Змейка»	1	0,5	0,5	апрель
28	«Бабочки»	1	0,5	0,5	апрель
29	«Весенняясказка»	1	0,5	0,5	апрель
30	«Сказкао жадномимператоре»	1	0,5	0,5	апрель
31	Конкурс соревнование	1	0,5	0,5	май
32	«Морскоепутешествие»	1	0,5	0,5	май
33	«Как мы съездили море»	1	0,5	0,5	май

34	Итогово- показательное занятие	1	0,5	0,5	май
<i>Всего</i>		<i>18</i>	<i>9</i>	<i>9</i>	
Итого:		34	17	17	

Аттестация и контроль программой не предусмотрены.

Содержание учебного плана.

№	Тема	Теория	Практика
1	«Сказка про Утёнка»	Растягивание различных групп мышц, укрепление мышц спины, развитие выворотности, гибкости и чувства ритма.	<u>1 часть</u> . Организационный момент, поклон, разминка №1. <u>2 часть</u> . Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть</u> . Музыкально - ритмическая игра «Карусель». Игры на расслабление «Пирог» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
2	«В гостях у Дуба»	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие образного мышления при выполнении упражнений.	<u>1 часть</u> . Организационный момент, поклон, разминка №1. <u>2 часть</u> . Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть</u> . Музыкально - ритмическая игра «Журавль». Игры на расслабление «Макароны» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
3	«На лесной полянке»	Растягивание различных групп мышц, укрепление мышц спины, развитие выворотности, гибкости, координации, фантазии, образного мышления	<u>1 часть</u> . Организационный момент, поклон, Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в три колонны. Хлопки на каждый счет и через счет. ритмический танец «Буратино». <u>2 часть</u> . Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть</u> . Подвижная игра «Пауки и мухи» Игры на расслабление «Шалтай-болтай» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
4	«Бабочки»	Растяжка различных групп мышц, укрепление мышц позвоночника, развитие выворотности и гибкости. Напомнить, детям как богатмир	<u>1 часть</u> . Организационный момент, поклон, разминка №4. <u>2 часть</u> . Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть</u> . Подвижная игра «Бабочки». Игры на расслабление «Волшебный цветок» Построение детей на свои места, подведение

		насекомых.	итогов занятия,поклон.
5	«Сказка о море».	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие образного мышления при выполнении упражнений. Пополнить знания детей о подводном мире.	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, разминка№3. <u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть.</u> Подвижная игра «Рыбалов и рыбки». Игры на расслабление «Колка дров» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия,поклон.
6	«Морское путешествие»	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие образного мышления при выполнении упражнений. Пополнить знания детей о подводном мире.	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, танец- импровизация на ориентировку в пространстве «Хороводселедок» <u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть.</u> Подвижная игра «Караси и щука». Игры на расслабление «Море волнуется ...» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия,поклон.
7	«Как мы съездили на море»	Растяжка различных групп мышц, укрепление мышц спины и пресса, развитие координации, умения передавать пластику через выражение образа.	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, танец- импровизация на ориентировку в пространстве «Хороводселедок» <u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть.</u> Подвижная игра «Караси и щука». Игры на расслабление «Море волнуется ...» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
8	«Деревня Простоквашино»	Растяжка различных групп мышц, укрепление мышц спины и пресса, развитие выворотности и гибкости. Научиться передавать образ и эмоции через выполнение движения.	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, кругом. В обход по залу. (Дети идут по залу отстукивают ритм в ладоши.) построение в круг. <i>Танец-игра Озорники</i> <u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть.</u> Подвижная игра «День, ночь, огонь, вода». Малоподвижная игра «Соня» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия,поклон.
9	«Кто в нашем домике живёт»	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие гибкости суставов, развитие образного мышления при выполнении	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, ритмический танец «Чоколоте» <u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть.</u> Подвижная игра «Кот и мыши». Расслабление по представлению «Прогулка по волшебному лесу» Построение детей на свои места, подведение

		упражнений.	итогов занятия,поклон.
10	«Просто так!»	Обучение культуре движений, раскованному владению своим телом. Укрепление мышц детей, повышение двигательной активности, выносливости. Развитие гибкости и активности. Формирование потребности в здоровом образе жизни.	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, разминка№2. <u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть.</u> Музыкально - ритмическая игра «Веселый автобус». Игры на расслабление «Колка дров» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия,поклон.
11	«Зоопарк»	Растягивание различных групп мышц, укрепление мышц спины,развитие выворотности и гибкости. Передавать образ животных через пластику.	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в три колонны. Хлопки на каждый счет и через счет. ритмический танец «Буратино». <u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть.</u> Подвижная игра «Приветики» (танцевальные движения, бег врассыпную). Игры на расслабление «Мартышки» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия,поклон.
12	«Красочки»	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие гибкости суставов, развитие образного мышления при выполнении упражнений, фантазии.	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, разминка№5. <u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть.</u> Музыкально - ритмическая игра «Карусель». Игры на расслабление «Пирог» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
13	«Зимняя сказка»	Растягивание различных групп мышц, укрепление мышц спины, развитие выворотности и гибкости.	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в три колонны. Хлопки на каждый счет и через счет. ритмический танец «Буратино». <u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть.</u> Подвижная игра «Льдинка». Игры на расслабление «Елочка» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия,поклон.
14	«Карнавал»	Растягивание различных групп мышц, укрепление	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, кругом, прыжком раз! В обход по залу марш.

		мышц спины, развитие выворотности и гибкости.	(Дети идут по залу отстукивают ритм в ладоши.) построили круг. <i>Танец-игра Озорники</i> <u>2 часть</u> . Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть</u> . Подвижная игра «Слушай и танцуй». Игры на расслабление «Волшебный цветок» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
15	«Птичий двор»	Занятие направлено на развитие мышечной силы и подвижности суставов рук, развивает чувство ритма и крупной моторики.	<u>1 часть</u> . Организационный момент, поклон. Разминка №1 <u>2 часть</u> . Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть</u> . Подвижная игра «Совушка - сова». Мало подвижная игра «Летает - не летает» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
16	Игры - соревнования	Содействовать развитию танцевальности, гибкости.	<u>1 часть</u> . Организационный момент, поклон. Разминка №1 <u>2 часть</u> . Занятие-соревнование «Игровой стретчинг» <u>3 часть</u> . Игры по желанию. Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
17	«Карнавал»	Растягивание различных групп мышц, укрепление мышц спины, развитие выворотности и гибкости.	<u>2 часть</u> . Организационный момент, поклон, кругом, прыжком раз! В обход по залу марш. (Дети идут по залу отстукивают ритм в ладоши.) построили круг. <i>Танец-игра Озорники</i> <u>2 часть</u> . Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть</u> . Подвижная игра «Слушай и танцуй». Игры на расслабление «Волшебный цветок» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
18	«Зимняя сказка»	Растягивание различных групп мышц, укрепление мышц спины, развитие выворотности и гибкости.	<u>4 часть</u> . Организационный момент, поклон, Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в три колонны. Хлопки на каждый счет и через счет. ритмический танец «Буратино». <u>5 часть</u> . Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>6 часть</u> . Подвижная игра «Льдинка». Игры на расслабление «Елочка» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.

19	«Сказка о карандаше и резинке»	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие гибкости суставов, развитие образного мышления при выполнении упражнений.	<p><u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, ритмический танец «Чоколате»</p> <p><u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога.</p> <p><u>3 часть.</u> Подвижная игра «Ладочки». Расслабление по представлению «Перстенек»</p> <p>Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.</p>
20	«Кто в нашем домике живёт»	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие гибкости суставов, развитие образного мышления при выполнении упражнений.	<p><u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в три колонны. Хлопки на каждый счет и через счет. Ритмический танец «Буратино».</p> <p><u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога.</p> <p><u>3 часть.</u> Подвижная игра «Приветтики» (танцевальные движения, бег врассыпную). Игры на расслабление: «Мартышки».</p> <p>Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.</p>
21	«Деревня Простоквашино»	Растяжка различных групп мышц, укрепление мышц спины и пресса, развитие выворотности и гибкости. Научиться передавать образ и эмоции через выполнение движения.	<p><u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, разминка №4.</p> <p><u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога.</p> <p><u>3 часть.</u> Подвижная игра «Волк и овцы». Игры на расслабление «Колка дров».</p> <p>Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.</p>
22	«Красочки»	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие гибкости суставов, развитие образного мышления при выполнении упражнений, фантазии.	<p><u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в три колонны. Хлопки на каждый счет и через счет. ритмический танец «Буратино».</p> <p><u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога.</p> <p><u>3 часть.</u> Подвижная игра «Льдинка». Игры на расслабление «Елочка»</p> <p>Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.</p>
23	«Прогулка по джунглям»	Растягивание различных групп мышц, укрепление мышц спины, развитие выворотности, гибкости, координации.	<p><u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, кругом. В обход по залу. (Дети идут по залу отстукивают ритм в ладоши.) построение в круг.</p> <p><i>Танец-игра Озорники</i></p> <p><u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога.</p>

			<p><u>3 часть.</u> Подвижная игра «День, ночь, огонь, вода». Малоподвижная игра «Соня»</p> <p>Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.</p>
24	«В гости к Кролику»	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие образного мышления при выполнении упражнений.	<p><u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, разминка №5. Ритмическая разминка «Буратино»</p> <p><u>2 часть.</u> Конкурс на самое лучшее выполнение упражнений стретчинга. Слушание сказки, повторение движений по показу педагога.</p> <p><u>3 часть.</u> Музыкально - ритмическая игра «Карусель». Игры на расслабление «Пирог»</p> <p>Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.</p>
25	«Птичий двор»	Занятие направлено на развитие мышечной силы и подвижности суставов рук, развивает чувство ритма и крупной моторики.	<p><u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, разминка №4.</p> <p><u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога.</p> <p><u>3 часть.</u> Подвижная игра «Птичий двор». Игры на расслабление «Золотые ворота»</p> <p>Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.</p>
26	«Цветик-семицветик»	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие образного мышления при выполнении упражнений.	<p><u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, танец- импровизация на ориентировку в пространстве «Хоровод цветов»</p> <p><u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога.</p> <p><u>3 часть.</u> Подвижная игра «Мы веселые ребята». Игры на расслабление «Волшебный цветок»</p> <p>Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.</p>
27	«Змейка»	Растяжка различных групп мышц, укрепление мышц позвоночника, развитие выворотности и гибкости.	<p><u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, кругом, прыжком раз! В обход по залу марш. (Дети идут по залу отстукивают ритм в ладоши.) построили круг.</p> <p><i>Танец-игра Озорники</i></p> <p><u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога.</p> <p><u>3 часть.</u> Подвижная игра «Змея в траве». Мало подвижная игра «Змейка»</p> <p>Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.</p>
28	«Бабочки»	Растяжка различных групп мышц, укрепление мышц позвоночника, развитие выворотности и гибкости. Напомнить	<p><u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, разминка №1.</p> <p><u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога.</p> <p><u>3 часть.</u> Музыкально - ритмическая игра</p>

		детям как богат мир насекомых.	«Карусель». Игры на расслабление «Пирог» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
29	«Весенняя сказка»	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие образного мышления при выполнении упражнений.	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, разминка №5. <u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть.</u> Подвижная игра «Переправа на плотках». Малоподвижная игра «Перстенок» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
30	«Сказка о жадном императоре»	Растяжка различных групп мышц, укрепление мышц позвоночника, развитие выворотности и гибкости. Научиться передавать образ и эмоции через выполнение движения.	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон. Разминка №1 <u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть.</u> Подвижная игра «Замри». Малоподвижная игра «Летает - не летает» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
31	Конкурс соревнования	Содействовать развитию танцевальности, гибкости.	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, разминка №5. Ритмическая разминка «Буратино» <u>2 часть.</u> Конкурс на самое лучшее выполнение упражнений стретчинга. <u>3 часть.</u> Игры по выбору детей Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
32	«Морское путешествие»	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие образного мышления при выполнении упражнений. Пополнить знания детей о подводном мире.	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, разминка №3. <u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть.</u> Музыкально - ритмическая игра «Рыбак и рыбки» Игры на расслабление «Прогулка по подводному царству» Построение детей на свои места, подведение итогов занятия, поклон.
33	«Как мы съездили на море»	Растяжка различных групп мышц, укрепление мышц спины и пресса, развитие координации, умения передавать пластику через выражение образа.	<u>1 часть.</u> Организационный момент, поклон, построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в три колонны. Хлопки на каждый счет и через счет. ритмический танец «Буратино». <u>2 часть.</u> Слушание сказки, повторение движений по показу педагога. <u>3 часть.</u> Подвижная игра «щука и карась» Игры на расслабление «холодно-жарко» Построение детей на свои места, подведение

			ИТОГОВ ЗАНЯТИЯ, ПОКЛОН.
34	Итогово-показательное занятие		

1.4 Планируемые результаты

Личностные результаты:

Обучающийся будет уверен и самостоятелен в действиях.

Обучающийся будет способен к волевым усилиям в различных видах деятельности.

У обучающегося будет сформирован интерес к занятиям физкультурной направленности.

У обучающегося будут развиты положительные качества личности, управление своими эмоциями, дисциплинированность.

Метапредметные результаты:

Обучающийся будет активен в самостоятельном взаимодействии со сверстниками и взрослыми.

У обучающегося будет сформирована потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Обучающийся сможет следовать правилам в разных видах деятельности.

Предметные результаты:

Обучающийся будет иметь начальные представления о здоровом образе жизни, воспринимать здоровый образ жизни как ценность.

Обучающийся будет иметь элементарные знания и представления о разных видах движений и способах их выполнения.

Обучающийся будет активен в играх и упражнениях.

У обучающегося будут развит опорно-двигательный аппарат; сформирована правильная осанка; развиты функции равновесия, вестибулярной устойчивости.

РАЗДЕЛ № 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1 Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение:

- мультимедийное оборудование;
- аудиозаписи;
- гимнастические коврики;
- сюжетные картинки.

2. Учебно-методическое и информационное обеспечение:

- конспекты игровых занятий (Приложение 1)
- конспекты разминок (Приложение 2)
- сценарии музыкально-ритмических игр (Приложение 3)
- картотека подвижных игр (Приложение 4)
- картотека малоподвижных игр (Приложение 5)

3. Данная Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

ФЗ №273-Об образовании в РФ_2012.

Концепция развития дополнительного образования детей.

Методические рекомендации по реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Паспорт приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей».

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.

Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018_№ 196_Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по ДОП.

Приказ Минпросвещения России от 16.09.2020 № 500 _ Об утверждении примерной формы договора об образовании по дополнительным общеобразовательным программам.

Приказ Минпросвещения России от 30.09.2020 № 533 _ О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ДОО.

Приказ Минтруда России 2018 №298н_Стандарт педагога дополнительного образования детей и взрослых.

Примерные требования к дополнительным образовательным программам 06-1844 от 11.12.2006

Распоряжение Министерства Просвещения РФ от 17.12.2019 _N P-136 _Об утверждении метод. реком. по созданию новых мест.

Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года.

Указ президента РФ _О национальных целях и стратегических задачах развития РФ до 2024.

Целевая модель развития региональных систем ДОД.

2.2 Диагностика уровней освоения программы

Формы подведения итогов реализации программы

Открытые занятия для родителей.

2.3 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. А. Г. Назарова «Игровой стретчинг» («Типография ОФТ», Спб.: 2005).
2. Ж.Е. Фирилёва, Е.Г. Сайкина «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей – С-Пб. «Детство-пресс». 2000 год.
3. А.И. Буренина "Ритмическая пластика для дошкольников" Учебно-методическое пособие по программе "Ритмическая мозаика" Санкт-Петербург 1994 г.

4. А.Г. Назарова «Игровой стретчинг», М., 2010.
5. А.Г. Назарова «Игровой стретчинг» методика работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.
6. А.Г. Назарова «Танцевально- методический материал для работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста».
7. И.Е. Кулагина «Художественное движение» - Метод Л.Н. Алексеевой – пособие для преподавателей дошкольных учреждений и общеобразовательных школ, М., Флинта – Наука 1999.
8. Интернет-ресурс.

2.4 Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса	модуль «I полугодие»	модуль «II полугодие»
Продолжительность учебного периода, неделя	16	18
Количество учебных дней	16	18
Продолжительность учебных периодов	06.09.2021- 31.12.2021	03.01.2022- 27.05.2022
Возраст детей, лет	5-6	5-6
Продолжительность занятия, мин/час	25/1	25/1
Режим занятия	1 раз/нед.	1 раз/нед.
Годовая учебная нагрузка, час	34	