

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №116 «Солнечный» городского округа Тольятти

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА-ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ДВИЖЕНИЕ К ЗДОРОВЬЮ»
для детей дошкольного возраста (6-7 лет)

Срок реализации: 1 год (34 ч.)

г.Тольятти
2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка (общая характеристика программы):

направленность (профиль) программы

1.2. Цель и задачи программы

1.3. Содержание программы:

1.3.1. Учебный план

1.3.2. Учебно-тематический план

1.3.3. Содержание учебно-тематического плана

1.4. Планируемые результаты

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

2.2. Условия реализации программы

2.3. Формы аттестации

2.4. Оценочные материалы

2.5. Методические материалы

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

4. ПРИЛОЖЕНИЯ

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-1 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р);
- Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный Министерством просвещения России от 9 ноября 2018 г. № 196»;
- 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).

1.1. Пояснительная записка

Программа «Движение к здоровью» разработана в соответствии с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников и направлена на детей дошкольного возраста (6-7 лет).

В основу положена программа Пензулаевой Л.Н. «Физическая культура в детском саду».

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Физическая культура занимает важное место в общечеловеческой культуре, «здоровый образ жизни», «физическая культура жизни», «физкультурная образованность» - эти словосочетания всё чаще входят в нашу повседневную жизнь, составляя её неотъемлемую часть. Великая ценность каждого человека – здоровье. Вырастить ребенка здоровым, разносторонним, физически развитым и современным – это желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед дошкольным учреждением.

Основное содержание программы составляют упражнения гимнастики с предметами и без предметов, акробатика и вольные упражнения под музыку, которые помогают детям освоить элементы художественной гимнастики. Программа ориентирует на поддержание положительного эмоционального отношения детей к занятиям на всех этапах обучения, стремлению к тому, чтобы упражнения доставляли им удовольствие и радость, побуждали

их к самостоятельности, стремлению научиться владеть своим телом. Дети учатся осознавать ценность здорового образа жизни, бережно относиться к своему здоровью, знакомятся с элементарными правилами техники безопасности.

Актуальность программы

Сохранение здоровья детей, забота о гармоническом единстве и полноте всех составляющих жизни ребенка – физических, психических и духовных сил, вершиной которых является его активное проявление в разных видах движений.

Отличительные особенности программы, новизна

Программа по гимнастике, обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 6 до 7 лет, позволяет учитывать индивидуально-личностные особенности ребенка, его развития и выстраивать образовательный процесс с полным учетом этих особенностей. Занятия по гимнастике, формируются из различных программных сборников, которые перечислены в списке литературы.

Адресат программы.

Данная программа рассчитана на детей дошкольного возраста 6- 7 лет.

Объем программы, срок освоения.

Объем программы – 34 академических часа, срок освоения - на один учебный год.

Форма обучения – очная.

Уровень программы – стартовый (ознакомительный).

Особенности организации образовательного процесса.

Форма реализации Программы – традиционная.

Организационные формы обучения – подгрупповые.

Режим занятий: занятия проводятся: 1 раз в неделю во второй половине дня, продолжительность одного академического часа - 30 минут, 34 академических часа в год.

1.2.Цель и задачи программы

Цель программы.

Формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений, посредством гимнастических упражнений.

Задачи программы.

- укреплять здоровье и повышать работоспособность дошкольников;
- развивать основные физические качества, повышать функциональные возможности организма, двигательное воображение и творческую фантазию;
- формировать умение моделировать разные акробатические упражнения, танцевальные шаги и упражнения с предметами в процессе двигательной активности;
- способствовать формированию правильной осанки, музыкального слуха и чувства ритма ребенка;
- развивать интерес к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом;
- формировать представления о физической культуре в целом и о гимнастике в частности.

1.3.Содержание программы

1.3.1. Учебный план

№ п\п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Диагностика.	1	-	1	Практическое задание
2	История гимнастики и виды современной гимнастики	1	0,5	1	Практическое задание
3	Упражнение в равновесии на гимнастической скамейке.	1	-	1	Практическое задание
4	Акробатика	1	-	1	Практическое задание
5	Упражнения с гимнастическим мячом	1	-	1	Практическое задание
6	Упражнения с гимнастической лентой.	1	-	1	Практическое задание
7	Упражнения с гимнастическим обручем	1	-	1	Практическое задание
8	Знакомство с булавами	1	-	1	Практическое задание
9	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	-	1	Практическое задание
10	Хореографическая подготовка	1	-	1	Практическое задание
11	Упражнение в равновесии на скамейке.	1	-	1	Практическое задание
12	Акробатика	1	-	1	Практическое задание
13	Упражнения с гимнастическим мячом	1	-	1	Практическое задание
14	Упражнения с гимнастической лентой.	1	-	1	Практическое задание
15	Упражнения с гимнастическим обручем	1	-	1	Практическое задание
16	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	-	1	Практическое задание
17	Хореографическая подготовка (игроритмика)	1	-	1	Практическое задание

18	Упражнение в равновесии на скамейке.	1	-	1	Практическое задание
19	Акробатика	1	-	1	Практическое задание
20	Упражнения с гимнастической лентой.	1	-	1	Практическое задание
21	Упражнения с гимнастическим обручем	1	-	1	Практическое задание
22	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	-	1	Практическое задание
23	Хореографическая подготовка	1	-	1	Практическое задание
24	Упражнение в равновесии на гимнастической скамейке	1	-	1	Практическое задание
25	Акробатика	1	-	1	Практическое задание
26	Упражнения с гимнастической лентой.	1	-	1	Практическое задание
27	Вольные упражнения с мячом	1	-	1	Практическое задание
28	Упражнения с гимнастическим мячом	1	-	1	Практическое задание
29	Упражнения с гимнастическим обручем	1	-	1	Практическое задание
30	1.Вольные упражнения под музыку с лентой 2.Вольные упражнения под музыку со скакалкой	1	-	1	Практическое задание
31	Упражнения с гимнастическим мячом	1	-	1	Практическое задание
32	вольные упражнения под музыку	1	-	1	Практическое задание

33	1.Вольные упражнения с мячом 2.Вольные упражнения с обручем	1	-	1	Практическое задание
34	Диагностика.	1	-	1	Практическое задание

1.3.2. Учебно-тематический план

месяц	№ занятия	Тема занятия	Количество часов
сентябрь	1.	Диагностика.	1
	2	История гимнастики и виды современной гимнастики	1
	3	Упражнение в равновесии на гимнастической скамейке.	1
октябрь	4.	Акробатика	1
	5	Упражнения с гимнастическим мячом	1
	6.	Упражнения с гимнастической лентой.	1
	7.	Упражнения с гимнастическим обручем	1
ноябрь	8.	Знакомство с булавами	1
	9.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1
	10.	Хореографическая подготовка	1
	11.	Упражнение в равновесии на скамейке.	1
	12	Акробатика	1
декабрь	13.	Упражнения с гимнастическим мячом	1
	14.	Упражнения с гимнастической лентой.	1
	15.	Упражнения с гимнастическим обручем	1
	16.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1
январь	17.	Хореографическая подготовка (игроритмика)	1
	18.	Упражнение в равновесии на скамейке.	1
	19.	Акробатика	1
февраль	20	Упражнения с гимнастической лентой.	1
	21.	Упражнения с гимнастическим обручем	1

	22.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1
	23.	Хореографическая подготовка	1
март	24.	Упражнение в равновесии на гимнастической скамейке	1
	25.	Акробатика	1
	26.	Упражнения с гимнастической лентой.	1
	27.	Вольные упражнения с мячом	1
апрел ь	28.	Упражнения с гимнастическим мячом	1
	29.	Упражнения с гимнастическим обручем	1
	30.	1.Вольные упражнения под музыку с лентой 2.Вольные упражнения под музыку со скакалкой	1
	31.	Упражнения с гимнастическим мячом	1
май	32.	вольные упражнения под музыку	1
	33.	1.Вольные упражнения с мячом 2.Вольные упражнения с обручем	1
	34.	Диагностика.	1

1.3.3. Содержание учебного плана

месяц	№	Тема	Форма проведения	Количество часов
сентябрь	1	Диагностика.	– Диагностика оценки вестибулярного аппарата. Диагностическая оценка координации– движений. Диагностика оценки физического состояния	1
	2	История гимнастики и виды современной гимнастики	История гимнастики. Просмотреть видеоролик.	1
	3	Упражнение в равновесии на гимнастической скамейке.	Обучение ходьбе «гимнастическим» шагом на гимнастической скамейке, правильное положение рук, спины. Обучение упражнениям на растяжку– мышц на гимнастической скамейке, растяжка плечевого пояса, мышц спины, Равновесия, прыжки, шаги, повороты.–	1

октябрь	4.	Акробатика	Упражнения для развития гибкости, выносливости, координации, силы, быстроты: группировки и перекаты разные виды кувырков, – переворот в сторону, – упражнения «петушок», «ласточка», – «шпагат», «полушпагат», «берёзка», «ракета», «мост» из положения стоя, «верблюды», «ежик», «коробочка», «корзинка» и др. в сочетании с музыкой или заданным ритмом.	1
	5.	Упражнения с гимнастическим мячом	Обучение удержанию мяча и передачам его из руки в руку, перекаты, подбрасывание Обучение акробатическим упражнениям – с мячом Составление композиций. –	1
	6.	Упражнения с гимнастической лентой.	Обучать правильно, держать палочку с лентой (длина 4 метра) Обучение вращениям гимнастической – лентой: восьмёрка, «юбочка», круг, змейка, спираль и другие в сочетании с танцевальными и акробатическими движениями.	1
	7.	Упражнения с гимнастическим обручем	Обучать правильно, держать обруч Совершенствовать вращать, катать, подбрасывать и выполнять упражнения с обручем. Вращение в разных плоскостях и броски, катание, подбрасывание обруча.	1
	8.	Знакомство с булавами	Обучать правильно, держать булавы Вращать и подкидывать Правильное удержание и передачи из руки в руку.	1
ноябрь	9.	Упражнения с гимнастической скакалкой	Совершенствовать прыжки через скакалку Вращения скакалкой в разных плоскостях под музыку	1
	10.	Хореографическая подготовка	Совершенствовать: шаг с носка, на носках, полуприседы на одной ноге, другую вперёд на пятку, перекаты с пятки на носок	1

		пружинистые полуприседы приставной шаг в сторону шаг с небольшим подскоком		
	11.	Упражнение в равновесии на скамейке.	Совершенствование упражнениям: ходьбе «гимнастическим» шагом на гимнастической скамейке, правильное положение рук, спины. упражнения на растяжку мышц на гимнастической скамейке, растяжка плечевого пояса, мышц спины, равновесия, прыжки, шаги, повороты.	1
	12.	Акробатика	Обучать упражнениям для развития гибкости, выносливости, координации, силы, быстроты: группировки и перекаты,– кувырки разных видов,– упражнения «петушок», «ласточка»,– «полушпагат», «берёзка», «ракета», «мостик», «верблюды» «переворот через голову» из стойки на голове и руках.	1
декабрь	13.	Упражнения с гимнастическим мячом	Совершенствование: удержанию мяча и передачам его из руки в руку, перекаты, подбрасывание акробатическим упражнениям с мячом– составление композиций–	1
	14.	Упражнения с гимнастической лентой.	Совершенствование: правильно, держать палочку с лентой– (длина 4 метра) вращения гимнастической лентой:– восьмёрка, «юбочка», круг, змейка, спираль и другие в сочетании с танцевальными и акробатическими движениями.	1
	15.	Упражнения с гимнастическим обручем	Совершенствовать: правильно, держать обруч– вращать, катать, подбрасывать и выполнять упражнения с обручем. вращение в разных плоскостях и броски, катание, подбрасывание обруча композиции под музыку.–	1
	16	Упражнения с гимнастической скакалкой	Вращения скакалкой в разных плоскостях Выполнять комплекс упражнений под– музыку.	1

	17.	Хореографическая подготовка (игроритмика)	Виды упражнений: хлопки по счёту; притопы на каждый счёт; притопы с хлопками поочередно; поднимание и опускание рук вперёд по счёту под музыкальное сопровождение; произвольные упражнения на воспроизведение музыки; выполнение простых движений руками в различном темпе (руки в сцеплении вверх, вниз); шаги вперёд, руки в сцеплении вверху, внизу; приседания с движениями рук; подскоки с вытянутыми руками вверх поочередно; плавные движения рук вниз, вверх, в стороны, вперёд.	1
январь	18.	Упражнение в равновесии на скамейке. музыка.	Совершенствование упражнениям: ходьбе «гимнастическим» шагом на гимнастической скамейке, правильное положение рук, спины. упражнения на растяжку мышц на гимнастической скамейке, растяжка плечевого пояса, мышц спины, равновесия, прыжки, шаги, повороты. композиции.	1
	19.	Акробатика	Совершенствование: группировки и перекаты, – кувырки разные – упражнения «ёжик», «ласточка», «шпагат», «берёзка», «мостик» с продвижением, «верблюду». перевороту в сторону на 1 руке.	1
	20.	Упражнения с гимнастической лентой.	Совершенствование: правильно, держать палочку с лентой – (длина 4 метра) вращения гимнастической лентой: – восьмёрка, «юбочка», круг, змейка, спираль и другие в сочетании с танцевальными и акробатическими движениями.	1
февраль	21.	Упражнения с гимнастическим обручем	Совершенствовать: правильно, держать обруч – вращать, катать, подбрасывать и выполнять упражнения с обручем выполнять упражнения под музыку	1

	22.	Упражнения с гимнастической скакалкой	Совершенствовать правильно, держать скакалку Вращения скакалкой в разных плоскостях Выполнять комплекс упражнений под музыку.	1
	23.	Хореографическая подготовка	Формировать умение: приставной шаг в сторону– шаг с небольшим подскоком– комбинации из танцевальных шагов– сочетание шагов с носка и шагов с– небольшим подскоком мягкий высокий шаг на носках– приставной и скрестный шаг в сторону.–	1
	24.	Упражнение в равновесии на гимнастической скамейке	Совершенствовать правильно, держать скакалку Вращения скакалкой в разных плоскостях быстрее обычного Выполнять комплекс упражнений под– музыку.	1
март	25.	Акробатика	Совершенствование: группировки и перекаты,– кувырки разные– упражнения «ёжик», «ласточка», «шпагат», «берёзка»	1
	26.	Упражнения с гимнастической лентой.	Совершенствование: правильно, держать палочку с лентой– (длина 4 метра) вращения гимнастической лентой: восьмёрка, «юбочка», круг, змейка, спираль и другие в сочетании с танцевальными и акробатическими движениями.	1
	27.	Вольные упражнения с мячом	Совершенствование: вольные упражнения «Весна»–	1
	28.	Упражнения с гимнастическим мячом	Совершенствовать удержание мяча и передача его из руки в руку, перекаты, подбрасывание, отбивание мяча и его удержание, различные упражнения в композиции под музыку.	1
апрель	29.	Упражнения с гимнастическим обручем	Совершенствовать: правильно, держать обруч– вращать, катать, подбрасывать и выполнять упражнения с обручем в движении выполнять комплекс упражнения под– музыку.	1

	30.	.Вольные упражнения под музыку с лентой 2.Вольные упражнения под музыку со скакалкой	вольные упражнения с гимнастической лентой «Веснушки» – вольные упражнения со скакалкой «Облака»	1
	31.	Упражнения с гимнастическим мячом	Совершенствовать удержание мяча и передача его из руки в руку, перекаты, подбрасывание, отбивание мяча и его удержание, различные упражнения в композиции под музыку.	1
	32.	вольные упражнения под музыку	Совершенствовать: вольные упражнения с можаретками «Давай Россия»; вольные упражнения с гимнастической лентой «Веснушки»; акробатическая композиция безпредметов, с обручами, с лентой, мячом.	1
	33.	1.Вольные упражнения с мячом 2.Вольные упражнения с обручем	Совершенствовать: – вольные упражнения с можаретками «Давай Россия»; вольные упражнения с гимнастической лентой «Веснушки»; акробатическая композиция безпредметов, с обручами, с лентой, мячом.	1
май	34.	Диагностика.	Диагностика оценки вестибулярного аппарата. Диагностическая оценка координации движений. Диагностика оценки физического состояния	1

1.4.Планируемые результаты

В результате обучения по Программе ребенок 6-7 лет	В результате обучения по Программе у ребенка 6 -7 лет
Будут уметь последовательно выполнять упражнения в акробатической комбинации; Будут выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;	Умеют выполнять упражнения с учётом правильного дыхания. Умеют выполнять движения, проявляя творчество и фантазию.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

№ п\п	Месяц	Форма занятия	Кол - во	Тема занятия	Место проведения занятия	Форма контроля
1	Сентябрь	Очная	1	Диагностика.	Спортивный зал	Практическое задание
2	Сентябрь	Очная	1	История гимнастики и виды современной	Спортивный зал	Практическое задание
3	Сентябрь	Очная	1	Упражнение в равновесии на	Спортивный зал	Практическое задание
4	Октябрь	Очная	1	Акробатика	Спортивный зал	Практическое задание
5	Октябрь	Очная	1	Упражнения с гимнастическим мячом	Спортивный зал	Практическое задание
6	Октябрь	Очная	1	Упражнения с гимнастической лентой.	Спортивный зал	Практическое задание
7	Октябрь	Очная	1	Упражнения с гимнастическим	Спортивный зал	Практическое задание
8	Ноябрь	Очная	1	Знакомство с булавами	Спортивный зал	Практическое задание
9	Ноябрь	Очная	1	Упражнения с гимнастической скакалкой	Спортивный зал	Практическое задание
10	Ноябрь	Очная	1	Хореографическая подготовка	Спортивный зал	Практическое задание
11	Ноябрь	Очная	1	Упражнение в равновесии на скамейке.	Спортивный зал	Практическое задание
12	Ноябрь	Очная	1	Акробатика	Спортивный зал	Практическое задание
13	Декабрь	Очная	1	Упражнения с гимнастическим мячом	Спортивный зал	Практическое задание
14	Декабрь	Очная	1	Упражнения с гимнастической лентой.	Спортивный зал	Практическое задание
15	Декабрь	Очная	1	Упражнения с гимнастическим	Спортивный зал	Практическое задание
16	Декабрь	Очная	1	Упражнения с гимнастической	Спортивный зал	Практическое задание
17	Январь	Очная	1	Хореографическая подготовка (игроритмика)	Спортивный зал	Практическое задание
18	Январь	Очная	1	Упражнение в равновесии на	Спортивный зал	Практическое задание
19	Январь	Очная	1	Акробатика	Спортивный зал	Практическое задание
20	Февраль	Очная	1	Упражнения с гимнастической лентой.	Спортивный зал	Практическое задание

21	Февраль	Очная	1	Упражнения с гимнастическим обручем	Спортивный зал	Практическое задание
22	Февраль	Очная	1	Упражнения с гимнастической скакалкой	Спортивный зал	Практическое задание
23	Февраль	Очная	1	Хореографическая подготовка	Спортивный зал	Практическое задание
24	Март	Очная	1	Упражнение в равновесии на	Спортивный зал	Практическое задание
25	Март	Очная	1	Акробатика	Спортивный зал	Практическое задание
26	Март	Очная	1	Упражнения с гимнастической лентой.	Спортивный зал	Практическое задание
27	Март	Очная	1	Вольные упражнения с мячом	Спортивный зал	Практическое задание
28	Апрель	Очная	1	Упражнения с гимнастическим мячом	Спортивный зал	Практическое задание
29	Апрель	Очная	1	Упражнения с гимнастическим	Спортивный зал	Практическое задание
30	Апрель	Очная	1	1.Вольные упражнения под музыку с лентой	Спортивный зал	Практическое задание
31	Апрель	Очная	1	Упражнения с гимнастическим мячом	Спортивный зал	Практическое задание
32	Май	Очная	1	вольные упражнения под музыку	Спортивный зал	Практическое задание
33	Май	Очная	1	1.Вольные упражнения с мячом	Спортивный зал	Практическое задание
34	Май	Очная	1	Диагностика.	Спортивный зал	Практическое задание

2.2.Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение:

- музыкальный центр -музыкальная колонка
- флеш-носители -интерактивная панель -коврики
- звуковые дорожки - зеркала

2.3.Формы аттестации

Достижение цели и задач программы определяются в следующих формах:

- участие в выставках творческих работ;
- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в массовых мероприятиях и тематических праздниках;
- итоговые занятия.

2.5.Оценочные материалы

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов обеспечивает комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения программы, позволяет осуществлять оценку динамики достижений детей.

- процессе мониторинга исследуются уровень подготовленности детей по гимнастике путем наблюдений за ребенком, критериально-ориентированного тестирования.

Мониторинг проводится 2 раза в год. Возможна периодичность мониторинга, которая обеспечивает полную оценку динамики достижений детей, сбалансированность методов,

При оценке двигательных навыков детей, вводятся следующие обозначения.

Высокий уровень (В) – означает правильное выполнение, т. е. навык сформирован, автоматизирован. Ребенок сам выполняет упражнение.

Средний уровень (С) – говорит о промежуточном положении, т.е. недостаточно правильном выполнении упражнения. Ребенок выполняет с помощью.

Низкий уровень (Н) – указывает на неправильное выполнение движения. Ребенок не выполняет упражнение.

2.5.Методические материалы

Программа разработана на основе авторской программы Пензулаевой Л.Н.. «Физическая культура в детском саду»

Используемые при реализации программы методы и приемы.

Игровой метод. Основным методом обучения детей дошкольного возраста является игра, так как игра - это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха на занятии, а о том, чтобы пронизывать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Наглядный метод - выразительный показ под счет, с музыкой.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка. Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Используемые при реализации программы педагогические технологии.

- здоровьесберегающие
- лично- ориентированные
- Игровые
- ИКТ
- Группового обучения
- Коллективного взаимообучения

Используемые при реализации программы дидактические материалы.

- Карточки с заданиями
- Карточки с упражнениями
- Кубики, пазлы, д\ игры «Сложи картинку», «Найди пару», «Две половинки» и т.д

3.СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Винер И.А. Физическая культура. Гимнастика. М.: Просвещение, 2011,-31с.
2. Винер – Усманова И. Художественная гимнастика. Теория и методика. - М.: Человек, 2015, 120с.
3. Верховзина Л. Г. Гимнастика для детей 5 – 7 лет. – Издательство Учитель, 2013, -126с.
4. Кантан В.В. Раннее физическое развитие ребёнка. - СПб.: КОРОНА принт,2001, -272с.
5. Карпенко Л. А. Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетиче-ской гимнастике. – Советский спорт, 2014, -264 с.
6. Кудрявцев В.Т. Педагогика оздоровления. – Лика – Пресс, 2000, - 296 с.
7. Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. М.: Сфера, 2009, - 176 с.
8. Сосина В. Хореография в гимнастике. – Олимпийская литература, 2009, - 136 с.
9. Сиготского В.А. «Примерная комплексная программа по гимнастике».
- 10.Смолевского В.М. опыт работы педагога «Гимнастика». - М.: Физкультура и спорт, 1987, -336с.