

Управление образования администрации города Троицка
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр»

Принята на заседании
педагогического совета
От «30» октября 2022 г.
Протокол № 11

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДЮЦ»
Баландинская Т.Ю.
Приказ от 01.11.2022 № 154



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Играй на здоровье»

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель: Иванова Марина Викторовна
педагог дополнительного образования

Троицк
2022 г.

Содержание программы:

Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы	
1.1. Пояснительная записка.....	3-5
1.2. Учебный план.....	6-9
1.3. Содержание программы.....	10-15
1.4. Планируемые результаты.....	16-17
Раздел №2. Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1. Календарный учебный график на 2022-2023 учебный год.....	18-29
2.2. Условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.....	30
2.3. Формы аттестации.....	31
2.4. Оценочные материалы.....	32
2.5. Методическое обеспечение программы для первого года обучения	33-36
2.6. Список литературы.....	37
Приложение №1	
Контрольно-измерительные материалы.....	38-43

Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Играй на здоровье!» составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от «29» декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Закона Челябинской области от 29.08.2013 года № 515-ЗО «Об образовании в Челябинской области» (с изменениями на 2 ноября 2021 года);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. N 996-р);
- Постановлением главного государственного санитарного врача «Об утверждении «СанПин» санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (от 28.09.2020 №28);
- Приказ № 196 от 09.11.2018 г. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (с изменениями от 30.09.2020 №533);
- Уставом МБУ ДО «ДЮЦ» (новая редакция) от 04.08.2022 г. № 763-р;
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей.

Сегодня много говорят о малоподвижном образе жизни воспитанников, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Подвижные игры в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогут предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей.

Игра - основной вид деятельности детей дошкольного возраста.

Подвижные игры — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Основы здорового образа жизни в программе «Играй на здоровье» воспитываются и усваиваются непосредственно через игру. Посредством игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, подвижные и спортивные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания.

Актуальность программы заключается в своевременности, необходимости соответствия потребностям времени. Образовательный

процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от обучающихся большого умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации обеспечивается определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, достаточно высокий уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать значительные психофизические нагрузки.

Особенностью программы является то, что она, основываясь на курсе обучения игре, раскрывает обязательный минимум учебного материала. Курс обучения игре содержит в себе большие возможности не только для формирования двигательных навыков у детей и развития их физических способностей, но также служит примером нравственного воспитания.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Уровень освоения программы: стартовый

Адресат программы

Программа рассчитана на детей в возрасте 5-7 лет.

Организационные условия программы

Место проведения занятий: МБДОУ «Детский сад №18».

Объем и срок освоения программы:

Срок освоения программы – 2 года.

Всего часов на программу 112 часов;

для 1-ой группы 56 часов;

для 2-ой группы 56 часов;

Режим занятий:

I группа: занятия по 30 минут 2 раза в неделю.

II группа: занятия по 30 минут 2 раза в неделю.

Форма обучения по программе – очная.

Методы обучения:

Словесные: беседа, рассказ, анализ, диалог, объяснение и др.

Наглядные: показ педагогом приемов, показ аудиоматериалов.

Практические: упражнение, практическое задание и др.

Тип занятий: комбинированный, теоретический, практический.

Формы проведения занятий: игра, вопрос-ответ, викторина, тестовые задания, игра – испытание, открытое занятие, контрольное занятие.

Цель программы:

– создание условий для физического развития детей, укрепление здоровья, формирование у детей мотивации сохранения и приумножения здоровья посредством подвижной игры.

Задачи первого года обучения

- сформировать у детей начальное представление о здоровом образе жизни;

- активизировать двигательную активность дошкольников;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр;
- учить сознательному применению подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- развивать умения ориентироваться в пространстве;
- развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать активность и самостоятельность.

Задачи второго года обучения:

- закрепить у детей начальное представление о здоровом образе жизни;
- учить сознательному применению подвижных игр в целях самоорганизации отдыха;
- развивать физические и личностные качества обучающихся, двигательные умения и навыки;
- осваивать теоретические знания по технике безопасности;
- формировать навыки здорового образа жизни, а также навыки соревновательной деятельности;
- воспитывать взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, коммуникативность, самостоятельность и умение планировать свою деятельность.

1.2. Учебный план для групп первого года обучения

№ п/п.	Название разделов и содержащихся в них тем занятий	Общее кол-во часов	В том числе:		Формы аттестации и контроля
			теория	практика	
		2	1	1	
1	Вводное занятие. Вводный инструктаж	1	1		Игра, тестовые задания диагностическая карта
2	Первичный инструктаж Определение уровня физической подготовки	1	-	1	
	I. Игры с бегом	4	-	4	
3	Двигательная активность	1	-	1	Тестовые задания, игра, контрольное занятие
4	Движение по сигналу	1	-	1	
5	Скоростной бег	1	-	1	
6	Действуй по правилам	1	-	1	
	II. Игры с прыжками	5	1	4	
7	«Я по улице иду» Целевой инструктаж «Гололед»	1	1	-	Вопрос-ответ, викторина, игра, контрольное занятие
8	Весёлые прыжки	1	-	1	
9	Прыгай по сигналу	1	-	1	
10	«Кто выше?»	1	-	1	
11	Контрольное занятие «Кенгурята»	1	-	1	
	III. Игры с метанием	6	1	5	
12	Попади в цель	1	-	1	Игра, игра-испытание, диагностическая карта, занятие по безопасности, контрольное занятие
13	Сила броска	1	-	1	
14	Развиваем глазомер	1	-	1	
15	«Метатели»	1	-	1	
16	Контрольное занятие «Снайперы»	1	-	1	
17	Целевой инструктаж «Опасные огоньки» «Наш любимый Новый год»	1	1	-	
	IV. Игры со словами	7	2	5	
18	Хороводные игры	2	1	1	Вопрос-ответ, игра, контрольное занятие
19	Движения под текст	2	1	1	
20	«Самый ловкий»	2	-	2	
21	Контрольное занятие. Расскажи и покажи	1	-	1	

					занятие
	V. Игры на ориентировку в пространстве	5	1	4	
22	Действуй на слух	2	1	1	Игра, контроль ное занятие
23	Найди пару	1	-	1	
24	Путешествие по карте	1	-	1	
25	Контрольное занятие «Сыщики»	1	-	1	
	VI. Игры с мячом	8	1	7	
26	Подбрось и поймай	1	-	1	Игра, контроль ное занятие
27	Мяч вдогонку	1	-	1	
28	Мяч соседу	1	-	1	
29	Прокатывание мяча	1	1	-	
30	Попади и отойди	1	-	1	
31	Мяч о стену	1	-	1	
32	Мяч об пол	1	-	1	
33	Контрольное занятие «Наш любимый мячик»	1	-	1	
	VII. Игры с ползанием и лазаньем	6	2	4	
34	Развитие ловкости, смелости, быстроты.	1	-	1	Творческ ая работа, игра, контроль ное занятие
35	Подлезание под дугу	1	1	-	
36	Целевой инструктаж «Осторожно – сосульки!» «Весна красна»	1	1	-	
37	Пролезание в обруч	1	-	1	
38	Ползание	1	-	1	
39	Контрольное занятие «Весёлые гусеницы»	1	-	1	
	VIII. Игры соревнования	8	1	7	
40	Подвижные игры соревновательного характера	1	-	1	Игра, тестовые задания, эстафета, игра- испытани е
41	«Быстрее, выше, сильнее»	1	-	1	
42	Чудо-обруч	1	-	1	
43	Эстафета с мячом	1	-	1	
44	Мы с Тамарой ходим парой	1	-	1	
45	Сиамские близнецы	1	-	1	
46	Точно в цель	1	1	-	
47	Контрольное занятие «Спортивный серпантин»	1	-	1	
	IX. Любимые игры	5	1	4	
48	Знатоки подвижных игр	1	1	-	Викторин а, игра, диагност ические карты
49	Наши любимые игры	1	-	1	
50	Вместе весело играть	1	-	1	
51	Контрольное занятие «Правила мы знаем и их мы выполняем»	2	-	2	
	Итого	56	11	45	

Учебный план для групп второго года обучения

№ п/п.	Название разделов и содержащихся в них тем занятий	Общее кол-во часов	В том числе:		Формы аттестации и контроля
			теория	практика	
		2	1	1	
1	Вводное занятие. Вводный инструктаж	1	1		Игра, тестовые задания, диагностическая карта
2	Первичный инструктаж Определение уровня физической подготовки	1	-	1	
	I. Игры с бегом	4	1	3	
3	Догонялки	1	1	-	Тестовые задания, игра, контрольное занятие
4	Игры с «выручалочкой»	1	-	1	
5	Перебежки	1	-	1	
6	Действуй по правилам	1	-	1	
	II. Игры с прыжками	5	1	4	
7	«Я по улице иду» Целевой инструктаж «Гололед»	1	1	-	Вопрос-ответ, викторина, игра, контрольное занятие
8	Весёлые прыжки	1	-	1	
9	Прыгай по сигналу	1	-	1	
10	«Кто выше?»	1	-	1	
11	Контрольное занятие «Кенгурята»	1	-	1	
	III. Игры с метанием	6	1	5	
12	Попади в цель	1	-	1	Игра, игра-испытание, диагностическая карта, занятие по безопасности, контрольное занятие
13	Сила броска	1	-	1	
14	Развиваем глазомер	1	-	1	
15	«Метатели»	1	-	1	
16	Контрольное занятие «Снайперы»	1	-	1	
17	Целевой инструктаж «Опасные огоньки» «Наш любимый Новый год»	1	1	-	
	IV. Игры со словами	7	2	5	
18	Русские народные игры	2	1	1	Вопрос-ответ, игра, контрольное занятие
19	Движения под текст	2	1	1	
20	«Самый ловкий»	2	-	2	
21	Контрольное занятие. Расскажи и покажи	1	-	1	

					занятие
	V. Игры на ориентировку в пространстве	5	1	4	
22	Действуй на слух	2	1	1	Игра, контрольное занятие
23	Найди пару	1	-	1	
24	Путешествие по карте	1	-	1	
25	Контрольное занятие «Сыщики»	1	-	1	
	VI. Игры с мячом	8	1	7	
26	Подбрось и поймай	1	-	1	Игра, контрольное занятие
27	Мяч вдогонку	1	-	1	
28	Мяч соседу	1	-	1	
29	Прокатывание мяча	1	1	-	
30	Попади и отойди	1	-	1	
31	Мяч о стену	1	-	1	
32	Мяч об пол	1	-	1	
33	Контрольное занятие «Наш любимый мячик»	1	-	1	
	VII. Игры с ползанием и лазаньем	6	2	4	
34	Развитие ловкости, смелости, быстроты.	1	-	1	Творческая работа, игра, контрольное занятие
35	Подлезание под дугу	1	1	-	
36	Целевой инструктаж «Осторожно – сосульки!» «Весна красна»	1	1	-	
37	Пролезание в обруч	1	-	1	
38	Ползание	1	-	1	
39	Контрольное занятие «Весёлые гусеницы»	1	-	1	
	VIII. Игры соревнования	8	1	7	
40	Подвижные игры соревновательного характера	1	1	-	Игра, тестовые задания, эстафета, игра-испытание
41	«Быстрее, выше, сильнее»	1	-	1	
42	Чудо-обруч	1	-	1	
43	Эстафета с мячом	1	-	1	
44	Мы с Тамарой ходим парой	1	-	1	
45	Сиамские близнецы	1	-	1	
46	Точно в цель	1	-	1	
47	Контрольное занятие «Спортивный серпантин»	1	-	1	
	IX. Любимые игры	5	1	4	
48	Знатоки подвижных игр	1	1	-	Викторина, игра, диагностические карты
49	Наши любимые игры	1	-	1	
50	Вместе весело играть	1	-	1	
51	Контрольное занятие Правила мы знаем и их мы выполняем	1	-	1	
52	Игры по желанию	1	-	1	
	Итого	56	12	44	

1.3. Содержание программы первый год обучения

Название раздела	Теория	Практика
	Проведение вводного и первичного инструктажей по технике безопасности на рабочем месте.	Проведение различных игр для знакомства с детьми и детей друг с другом. Проведение диагностики воспитанников для определения их темперамента, что позволит правильно построить педагогическую деятельность. Выполнение заданий детьми в легкой, спортивной форме с целью определения их физической подготовленности для дальнейшего их гармоничного развития.
I. Игры с бегом	Беседа с детьми о пользе двигательной активности для здоровья и развития детей. Знакомство детей с подвижными играми с бегового характера. Объяснить детям значимость правил в подвижных играх, учить действовать по правилам.	Проведение подвижных игр: «Быстро возьми, быстро положи», «Быстрее по местам», «Ловишка, бери ленту», «Совушка» Развитие скорости бега, пространственной ориентировки в процессе игр, умения менять направление, действовать по сигналу, оббегать препятствия, придерживаясь заданного направления. Тестовые задания Проведение контрольного занятия «Действуй по правилам»
II. Игры с прыжками	Проведение целевого инструктажа «Гололёд» Проведение викторины «Я по улице иду» с целью закрепления правил безопасного поведения на тротуаре, дворе и др.	Знакомство детей с подвижными играми с прыжками. Игры: «Лягушка и цапля», «Воробышки и кот», «Волк во рву», «Попрыгунчики», Развитие мышц ног, брюшного пресса. Развитие ловкости. Знакомство с различными считалками и потешками для выбора водящего в игре. Проведение контрольного занятия «Кенгурята».
III. Игры с метанием	Учить детей приемам метания. Проведение целевого инструктажа «Опасные огоньки» Викторина «Наш любимый Новый год». Беседа о любимом празднике «Новый год», о традициях его встречи (ёлка, подарки,	Знакомство детей с подвижными играми с метанием. Проведение подвижных игр: «Попади в цель», «Сбей кегли», «Охотники и звери», «Брось за флажок», «Попади в обруч», Упражнять в метании, улучшении общей

	волшебство, сюрпризы). Сообщение сведений, откуда появился этот праздник, как зовут братьев Деда Мороза в других странах, как праздник празднуют в разных странах.	координации движений, укреплении мышц туловища, плечевого пояса и рук. Развивать силу броска, глазомер. Проведение контрольного занятия «Снайперы»
IV. Игры со словами	Беседа с детьми о разнообразии игр со словами (хороводные игры, игры с движениями под текст и т.п.) Объяснить отличие хороводных подвижных игр от игр с движениями под текст.	Знакомство детей с подвижными играми со словами. Проведение игр: «Мышеловка», «Колпачок», «Встань ко мне спиной», «Гуси-лебеди», «Краски», «Два мороза». Развитие у детей выдержки, умения согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в построении в круг, ходьбе по кругу. Способствовать развитию речи. Проведение контрольного занятия «Расскажи и покажи».
V. Игры на ориентировку в пространстве	Беседа о роли анализаторов (зрительных, слуховых, осязательных и т.д.) в жизни человека.	Знакомство детей с подвижными играми на ориентировку в пространстве Проведение игр: «Лисонька-лиса», «Жмурки», «Третий лишний», «Найди пару», «Найди мяч», Учить детей ориентироваться в пространстве. Проведение контрольного занятия «Сыщики».
VI. Игры с мячом	Учить детей способам прокатывания мяча (одной рукой, двумя руками, используя предметы и др.)	Знакомство детей с подвижными играми с мячом. Проведение игр: «Мяч кверху», «Летучий мяч», «Охотник», «Перебрось мяч», «Городки с мячом», «Вышибалы», «Мяч с топотом», «Мяч в стену». Развивать умение подбрасывать и ловить мяч, передавать мяч, увёртываться от мяча, прокатывать и отбивать мяч об стену

		и пол. Проведение контрольного занятия «Наш любимый мячик».
VII. Игры с ползанием и лазаньем	Беседа о способах подлезания по дугу. Проведение целевого инструктажа «Осторожно, сосульки!» Викторина «Весна красна» Повторить приметы весны.	Знакомство детей с подвижными играми с ползанием, лазанием. Проведение игр: «Перелёт птиц», «Ловля обезьян», «Кот и мыши», «Пожарные на учении», «Лиса в курятнике», «Из норки в норку», «Зоопарк». Развивать силу, ловкость, быстроту; умения подлезать под дугу, пролезать в обруч, ползать. Проведение контрольного занятия «Весёлые гусеницы».
VIII. Игры соревнования	Вызвать у детей интерес к играм соревновательного характера. Развивать стремление и желание побеждать. Повторить правила броска, продолжать развивать глазомер.	Знакомство детей с подвижными играми соревновательного характера. Проведение игр: «К своим флажкам», Соревнования скороходов», «Гонка мячей», «Догони свою пару», «Эй, ребята, не зевайте!», «Сиамские близнецы», «Кто скорее докатит обруч да флажка», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?» Развивать моторную ловкость, умение прокатывать обруч, работать в паре. Проведение контрольного занятия «Спортивный серпантин».
IX. Любимые игры	Проведение викторины «Знатоки подвижных игр» Беседа о любимых подвижных играх с целью выявления интересов детей.	Проведение игр: Игры по желанию детей Проведение контрольного занятия «Правила мы знаем и их мы выполняем»

Содержание программы второго года обучения

Название раздела	Теория	Практика
	<p>Проведение вводного и первичного инструктажей по технике безопасности на рабочем месте.</p>	<p>Проведение различных игр для знакомства с детьми и детей друг с другом. Проведение диагностики воспитанников для определения их темперамента, что позволит правильно построить педагогическую деятельность. Выполнение заданий детьми в легкой, спортивной форме с целью определения их физической подготовленности для дальнейшего их гармоничного развития.</p>
I. Игры с бегом	<p>Беседа с детьми об особенностях подвижных игр «догонялки». Рассказать о разновидностях данных игр. Объяснить детям значимость правил в подвижных играх, учить действовать по правилам. Знакомство детей с подвижными играми с бегового характера.</p>	<p>Знакомство детей с подвижными играми с бегом. Проведение подвижных игр: «Догони меня», «Пятнашки», «Цепи кованные», «Салочки – выручалочки», «День и ночь», Развитие скорости бега, ловкости. Тестовые задания Проведение контрольного занятия «Действуй по правилам»</p>
II. Игры с прыжками	<p>Проведение целевого инструктажа «Гололёд» Проведение викторины «Я по улице иду» с целью закрепления правил безопасного поведения во дворе, на улице.</p>	<p>Вспомнить знакомые и разучить новые подвижные игры с прыжками. Игры: «Весёлые лошадки», «Лошадки на арене», «Лягушки», «Зайцы и волк», «Птички и кошка», «Не замочи ног» «Волк во рву», «Попрыгунчики», Развитие мышц ног, брюшного пресса. Развитие ловкости. Знакомство с различными считалками и потешками для выбора водящего в игре. Проведение контрольного занятия «Кенгурята»</p>
III. Игры с метанием	<p>Продолжать учить детей приёмам метания. Проведение целевого инструктажа «Опасные огоньки»</p>	<p>Знакомство детей с новыми подвижными играми с метанием. Проведение подвижных игр: «Набрось кольцо», «Городки»,</p>

	<p>Викторина «Наш любимый Новый год» - вспомнить историю возникновения праздника, традиции праздника, вызвать эмоциональный отклик у детей.</p>	<p>«Кто дальше бросит мешочек» «Беги из круга», «Кто дальше бросит», «Попади в кольцо». Упражнять в метании, улучшении общей координации движений, укреплении мышц туловища, плечевого пояса и рук. Развивать силу броска, глазомер. Проведение контрольного занятия «Снайперы»</p>
<p>IV. Игры со словами</p>	<p>Беседа с детьми о существовании народных игр со словами. Рассказать историю возникновения русских народных игр. Закреплять умение играть в игры с движениями под текст.</p>	<p>Знакомство детей с народными подвижными играми со словами. Проведение игр: «Снежная баба», «Гори ясно», «Встань ко мне спиной», «Ворон», «Краски», «Два мороза». Развитие у детей выдержки, умения согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в построении в круг, ходьбе по кругу. Способствовать развитию речи. Проведение контрольного занятия «Расскажи и покажи»</p>
<p>V. Игры на ориентировку в пространстве</p>	<p>Закреплять знания детей о роли анализаторов (зрительных, слуховых, осязательных и т.д.) в жизни человека.</p>	<p>Продолжать знакомить детей с подвижными играми на ориентировку в пространстве Проведение игр: «Жмурки с колокольчиком», «Бездомный заяц», «Пустое место», «Найди дорогу», «К чему приду» Учить детей ориентироваться в пространстве. Проведение контрольного занятия «Сыщики»</p>
<p>VI. Игры с мячом</p>	<p>Продолжать учить детей способам прокатывания мяча (одной рукой, двумя руками, используя предметы-и др)</p>	<p>Знакомство детей с новыми подвижными играми с мячом. Проведение игр: «Успей поймать», «Зевака», «Подвижная цель». «Ловишки с мячом», «Прокати мяч ногой в свой дом», «Вышибалы» (ногой) «Гонка мячей по кругу», «Мяч капитану», «Ведение мяча парами», Развивать умение подбрасывать и ловить мяч, передавать мяч, увёртываться от мяча,</p>

		<p>прокатывать и отбивать мяч об стену и пол. Проведение контрольного занятия «Наш любимый мячик»</p>
VII. Игры с ползанием и лазаньем	<p>Беседа о способах группировки тела Проведение целевого инструктажа «Осторожно, сосульки!» Викторина «Весна красна» Выявить знания детей о жизни диких животных весной..</p>	<p>Знакомство детей с новыми подвижными играми с ползанием, лазанием и закрепление правил знаковых игр. Проведение игр: «Кто скорее доберётся до флажка», «Медведи и пчёлы», «Пастух и стадо», «Пожарные на учении», «Лиса в курятнике», «Кролики», «Перелёт птиц». Развивать ловкость, смелость; умения подлезать под дугу, пролезать в обруч, ползать. Проведение контрольного занятия «Весёлые гусеницы»</p>
VIII. Игры соревнования	<p>Вызвать у детей интерес к играм соревновательного характера. Продолжать развивать стремление и желание побеждать. Повторить правила броска, продолжать развивать глазомер.</p>	<p>Знакомство детей с подвижными играми соревновательного характера. Проведение игр: «Переправа», Соревнования скороходов», «Перенеси арбузы», «Догони свою пару», «Упряжка», «Борьба за мяч», «Из обруча в обруч», «Сороконожка», «Каракатица». Развивать моторную ловкость, умение проходить препятствия, перепрыгивать из обруча в обруч, перебрасывать мяч, работать в паре и группе. Проведение контрольного занятия «Спортивный серпантин»</p>
IX. Любимые игры	<p>Проведение викторины «Знатоки подвижных игр» Беседа о любимых подвижных играх с целью выявления интересов детей.</p>	<p>Проведение игр – забав: «Удочка» «Картошка» «Платочек» Побуждать к эмоциональной отзывчивости - создать у них хорошее, радостное настроение. Игры по желанию детей Проведение контрольного занятия «Правила мы знаем и их мы выполняем»</p>

1.4. Планируемый результат первого года обучения:

К концу первого года обучения дети должны знать:

- о здоровом образе жизни;
- о правилах техники безопасности на занятии;
- о правилах подвижных игр.

Должны уметь:

- включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в процессе игры;
- доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия в игре со сверстниками и взрослыми людьми.
- ориентироваться в пространстве;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- соблюдать правила безопасного поведения в местах проведения игр;
- самостоятельно проводить подвижные игры;
- организованно играть в подвижные игры.

К концу второго года обучения дети должны знать:

- о здоровом образе жизни;
- о правилах техники безопасности на занятиях;
- о соблюдении правил подвижных игр.

Должны уметь:

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в процессе игры;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- применять подвижные игры в целях самоорганизации отдыха;
- организованно играть в подвижные игры;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.

Раздел №2. Комплекс организационно-педагогических условий
Название дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы
«Играй на здоровье»

Срок реализации программы	2 года
Начало учебного года	01.11.2022 год
Учебные периоды:	
I учебный период	с 01.11.2022г. по 30.12.2022г.
II учебный период	с 09.01.2023г по 31.05.2023г.
Окончание учебного года	31.05.2023 год
Количество учебных недель	28 недель
Продолжительность каникул	01.06.2023 г. - 31.08.2023 г.

Контрольные процедуры. Сроки.

- Текущий контроль успеваемости будет проводиться в течение учебного года по каждой изученной теме и по окончании изучения разделов программы.

Сроки контрольных процедур указаны в календарных учебных графиках групп.

- Промежуточная аттестация обучающихся будет проводиться по окончании учебного периода, в сроки с 15.12.2022 г. по 31.12.2022 г.

Сроки промежуточной аттестации указаны в календарных учебных графиках групп.

- Итоговая аттестация обучающихся в виде итоговой демонстрации образовательных результатов будет проводиться по завершению освоения программы в период с 15.05.2024г. по 31.05.2024г.

Для выявления результатов освоения программы будут определяться: параметры результата, критерии, показатели. Степень выраженности каждого показателя будет выявляться по четырем уровням

1 - оптимальный

- высокий образовательный результат (полное освоение содержания образования, имеет творческие достижения)

2 - достаточный

- полное освоение программы

3 - средний (базовый)

-полное освоение программы, но при выполнении заданий допускаются незначительные ошибки

4-недостаточный

-неполное освоение программы, допускает существенные ошибки в знаниях предмета и при выполнении практических заданий

2.1. Календарный учебный график I группы первого года обучения.

№ п/п	Дата занятия и день недели	Время проведения занятия	Место проведения	Тема занятия	Кол-во часов	Формы аттестации и контроля
Вводное занятие					2	
1.	03.11.2022 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Вводное занятие. Вводный инструктаж	1	Игра
2.	07.11.2022 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Первичный инструктаж. Определение уровня физической подготовки	1	Диагностическая карта
I. Игры с бегом					4	
3.	10.11.2022 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Двигательная активность	1	Тестовые задания
4.	14.11.2022 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Движение по сигналу	1	Игра
5.	17.11.2022 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Скоростной бег	1	Игра
6.	21.11.2022 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Действуй по правилам	1	Контрольное занятие
II. Игры с прыжками					5	
7.	24.11.2022 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	«Я по улице иду» Целевой инструктаж «Гололед»	1	Викторина Вопрос-ответ
8.	28.11.2022 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Весёлые прыжки	1	Игра
9.	01.12.2022 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Прыгай по сигналу	1	Игра
10.	05.12.2022 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	«Кто выше?»	1	Игра

11.	08.12.2022 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Контрольное занятие «Кенгурята»	1	Контрольн ое занятие
III. Игры с метанием					6	
12.	12.12.2022 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Попади в цель	1	Игра
13.	15.12.2022 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Сила броска	1	Игра
14.	19.12.2021 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Развиваем глазомер	1	Игра
15.	22.12.2022 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	«Метатели»	1	Игра- испытание
16.	26.12.2022 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Контрольное занятие «Снайперы»	1	Диагности ческая карта
17.	29.12.2022 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Целевой инструктаж «Опасные огоньки» «Наш любимый Новый год»	1	Занятие по безопасно сти викторина
IV. Игры со словами					7	
18.	09.01.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Хороводные игры	1	Игра
19.	12.01.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Хороводные игры	1	Игра
20.	16.01.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. Зал	Движения под текст	1	Игра
21.	19.01.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Движения под текст	1	Игра
22.	23.01.2023 понедельник	16:00 –	МБДОУ «Детский	Самый ловкий»	1	Игра

		16:30	сад №18» Муз. зал			
23.	26.01.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Самый ловкий»	1	Игра
24.	30.01.2022 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Контрольное занятие Рассказы и показы	1	Контрольн ое занятие
V. Игры и игровые упражнения на ориентировку в пространстве					5	
25.	02.02.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Действуй на слух	1	Игра
26.	06.02.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Действуй на слух	1	Игра
27	09.02.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Найди пару	1	Игра
28	13.02.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Путешествие по карте	1	Игра
29	16.02.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Контрольное занятие «Сыщики»	1	Контрольн ое занятие
VI. Игры с мячом					8	
30	20.02.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18	Подбрось и поймай	1	Игра
31	27.02.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Мяч вдогонку	1	Игра
32	02.03.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Мяч соседу	1	Игра
33	06.03.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Прокатывание мяча	1	Игра

34.	09.03.2022 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Попади и отойди	1	Игра
35.	13.03.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Мяч о стену	1	Игра
36.	16.03.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Мяч об пол	1	Игра
37.	20.03.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Контрольное занятие «Наш любимый мячик»	1	Контрольн ое занятие
VII. Игры с ползанием и лазаньем					6	
38.	23.03.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Развитие ловкости, смелости, быстроты.	1	Игра
39.	27.03.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Подлезание под дугу	1	Игра
40.	30.03.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Целевой инструктаж «Осторожно – сосульки!» «Весна красна»	1	Занятие по безопасно сти викторина
41.	03.04.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Пролезание в обруч	1	Игра
42.	06.04.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Ползание	1	Игра
43.	10.04.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Контрольное занятие «Весёлые гусеницы»	1	Контрольн ое занятие
VIII. Игры соревнования					8	
44.	13.04.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Подвижные игры соревновательного характера	1	Игра

45.	17.04.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	«Быстрее, выше, сильнее»	1	Игра
46.	20.04.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Чудо-обруч	1	Игра
47.	24.04.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Эстафета с мячом	1	Игра
48.	27.04.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Мы с Тamarой ходим парой	1	Игра
49.	04.05.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Сиамские близнецы	1	Игра
50.	11.05.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Точно в цель	1	Тестовые задания
51.	15.05.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Контрольное занятие «Спортивный серпантин»	1	Эстафета
IX. Любимые игры					4	
52.	18.05.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Знатоки подвижных игр	1	викторина
53.	22.05.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Наши любимые игры	1	игра
54.	25.05.2023 четверг	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Вместе весело играть	1	Игра
55.	29.05.2023 понедельник	16:00 – 16:30	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Контрольное занятие «Правила мы знаем и их мы выполняем»	1	Диагности ческие карты

Календарный учебный график II группы первого года обучения.

№ п/п	Дата занятия и день недели	Время проведения занятия	Место проведения	Тема занятия	Кол-во часов	Формы аттестации и контроля
Вводное занятие					2	
1.	03.11.2022 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Вводное занятие. Вводный инструктаж	1	Игра
2.	07.11.2022 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Первичный инструктаж. Определение уровня физической подготовки	1	Диагностическая карта
I. Игры с бегом					4	
3.	10.11.2022 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Двигательная активность	1	Тестовые задания
4.	14.11.2022 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Движение по сигналу	1	Игра
5.	17.11.2022 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Скоростной бег	1	Игра
	21.11.2022 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Действуй по правилам	1	Контрольное занятие
II. Игры с прыжками					5	
7.	24.11.2022 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	«Я по улице иду» Целевой инструктаж «Гололед»	1	Викторина Вопрос-ответ
8.	28.11.2022 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Весёлые прыжки	1	Игра
9.	01.12.2022 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Прыгай по сигналу	1	Игра
10.	05.12.2022 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	«Кто выше?»	1	Игра

11.	08.12.2022 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Контрольное занятие «Кенгурята»	1	Контрольн ое занятие
III. Игры с метанием					6	
12.	12.12.2022 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Попади в цель	1	Игра
13.	15.12.2022 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Сила броска	1	Игра
14.	19.12.2021 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Развиваем глазомер	1	Игра
15.	22.12.2022 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	«Метатели»	1	Игра- испытание
16.	26.12.2022 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Контрольное занятие «Снайперы»	1	Диагности ческая карта
17.	29.12.2022 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Целевой инструктаж «Опасные огоньки» «Наш любимый Новый год»	1	Занятие по безопасно сти викторина
IV. Игры со словами					7	
18.	09.01.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Хороводные игры	1	Игра
19.	12.01.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Хороводные игры	1	Игра
20.	16.01.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Движения под текст	1	Игра
21.	19.01.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Движения под текст	1	Игра
22.	23.01.2023 понедельник	16:35 –	МБДОУ «Детский	Самый ловкий»	1	Игра

		17:05	сад №18» Муз. зал			
23.	26.01.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Самый ловкий»	1	Игра
24.	30.01.2022 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Контрольное занятие Расскажи и покажи	1	Контрольн ое занятие
V. Игры и игровые упражнения на ориентировку в пространстве					5	
25.	02.02.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Действуй на слух	1	Игра
26.	06.02.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Действуй на слух	1	Игра
27	09.02.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Найди пару	1	Игра
28	13.02.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Путешествие по карте	1	Игра
29	16.02.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Контрольное занятие «Сыщики»	1	Контрольн ое занятие
VI. Игры с мячом					8	
30	20.02.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Подбрось и поймай	1	Игра
31	27.02.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Мяч вдогонку	1	Игра
32	02.03.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Мяч соседу	1	Игра
33	06.03.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Прокатывание мяча	1	Игра

34.	09.03.2022 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. Зал	Попади и отойди	1	Игра
35.	13.03.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Мяч о стену	1	Игра
36.	16.03.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Мяч об пол	1	Игра
37.	20.03.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18 Муз. зал	Контрольное занятие «Наш любимый мячик»	1	Контрольн ое занятие
VII. Игры с ползанием и лазаньем					6	
38.	23.03.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Развитие ловкости, смелости, быстроты.	1	Игра
39.	27.03.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Подлезание под дугу	1	Игра
40.	30.03.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Целевой инструктаж «Осторожно – сосульки!» «Весна красна»	1	Занятие по безопасно сти викторина
41.	03.04.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Пролезание в обруч	1	Игра
42.	06.04.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Ползание	1	Игра
43.	10.04.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Контрольное занятие «Весёлые гусеницы»	1	Контрольн ое занятие
VIII. Игры соревнования					8	
44.	13.04.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Подвижные игры соревновательного характера	1	Игра

45.	17.04.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	«Быстрее, выше, сильнее»	1	Игра
46.	20.04.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Чудо-обруч	1	Игра
47.	24.04.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Эстафета с мячом	1	Игра
48.	27.04.2023 Четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Мы с Тамарой ходим парой	1	Игра
49.	04.05.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Сиамские близнецы	1	Игра
50.	11.05.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Точно в цель	1	Тестовые задания
51.	15.05.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Контрольное занятие «Спортивный серпантин»	1	Эстафета
IX. Любимые игры					4	
52.	18.05.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Знатоки подвижных игр	1	викторина
53.	22.05.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Наши любимые игры	1	игра
54.	25.05.2023 четверг	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Вместе весело играть	1	Игра
55.	29.05.2023 понедельник	16:35 – 17:05	МБДОУ «Детский сад №18» Муз. зал	Контрольное занятие Правила мы знаем и их мы выполняем	1	Диагности ческие карты

2.2. Условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Занятия проводятся в хорошо проветриваемом помещении, соответствующем санитарно-гигиеническим требованиям и требованиям техники безопасности, соблюдается питьевой и температурный режим, проводится проветривание и влажная уборка кабинета.

1. Просторный зал с ковровым покрытием на полу.
2. Имеется музыкальный центр и аудиозаписи ритмичной и расслабляющей музыки, музыкальные игры.
3. Имеется спортивный инвентарь (мячи различного диаметра, гимнастические палки, скакалки, конусы, обручи, мешочки с песком), гимнастическая скамья.
4. Имеется дидактический материал: тематические папки по разделам программы, наглядный материал: игрушки, ободки.

Информационное обеспечение:

1. Иллюстрации:
 - подвижных игр и правил подвижных игр;
 - времён года;
 - техники безопасности.
2. Считалки для выбора водящих в подвижных играх.
3. Тексты игр со словами

2.3. Формы аттестации

Для определения результативности освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Играйте на здоровье» будут осуществляться текущий контроль успеваемости обучающихся, промежуточная аттестация обучающихся, итоговая аттестация обучающихся в виде итоговой демонстрации образовательных результатов.

Текущий контроль успеваемости обучающихся - это регулярная оценка уровня освоения знаний, овладения умениями, развитие опыта творческой деятельности, познавательного интереса обучающихся с использованием и современных способов оценивания. Текущий контроль успеваемости будет осуществляться без фиксации достижений обучающихся в виде отметок.

Текущий контроль будет проводиться в течение учебного года с подведением итогов на учебных занятиях, по завершению изучения разделов программы.

Формы текущего контроля: контрольное занятие, викторина, контрольные тесты, игра, вопрос-ответ, диагностическая карта.

Промежуточная аттестация будет проводиться по итогам каждого учебного года-первого, второго учебных периодов.

Формы промежуточной аттестации: контрольное занятие.

Освоение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы завершится итоговой демонстрацией образовательных результатов: итоговое занятие. Сроки контрольных процедур будут указаны в учебном плане, в календарных учебных графиках для каждой группы.

2.4. Оценочные материалы

Мониторинг качества образовательной деятельности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Для отслеживания знаний, умений и навыков у обучающихся были разработаны критерии и дана характеристика упражнений.

Определение уровня физической подготовленности

Высокий уровень – сформирован

Средний уровень – на стадии формирования

Низкий уровень – не сформирован

Педагогическая диагностика проводится два раза в год: 1 – вводная (сентябрь); 2 - итоговая (май). Уровни освоения программы оцениваются по 4х балльной системе:

Высокий уровень – 4 б;

Достаточный уровень – 3 б;

Средний уровень – 2 б;

Низкий уровень – 1 б.

2.5. Методическое обеспечение первого года обучения

Название раздела	Методы обучения	Педагогические технологии	Дидактический материал
	Словесный, игровой, наглядный, объяснительно-иллюстративный	технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Вводный и первичный инструктаж, картинки спортивной и иной деятельности, картинки спортивного инвентаря, комплекс упражнений для определения физической подготовки
I. Игры с бегом	Словесный, игровой, наглядный, репродуктивный, объяснительно-иллюстративный	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Таблицы правил поведения в спортивном зале, на игровой площадке, пословицы и поговорки о здоровье, рассказы о здоровом образе жизни, картинки подвижных игр, ободки для игр
II. Игры с прыжками	Словесный, игровой, практический, объяснительно-иллюстративный, наглядный, продуктивный	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Ободки для игр Целевой инструктаж «Осторожно – гололёд!» Викторина «Я по улице иду»
III. Игры с метанием	Словесный, игровой, наглядный, практический, репродуктивный	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Мешочки с песком, опилками для метания. Загадки о Новом годе, иллюстрации Деда Морозов разных стран, иллюстрации новогоднего праздника, целевой инструктаж «Опасные огоньки», викторина «Наш любимый Новый год»
IV. Игры со словами	Словесный, наглядный, практический, репродуктивный, игровой	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Тексты игр, ободки для игр
V. Игры на ориентировку в пространстве	Словесный, наглядный, практический	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Атрибуты для игр: ободки, платки
VI. Игры с	Словесный,	Технология	Мячи разных диаметров

мячом	наглядный, практический, репродуктивный, игровой	группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	
VII. Игры с ползанием и лазанием	Словесный, наглядный, практический, репродуктивный, игровой	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Спортивный инвентарь: дуги разной высоты. Целевой инструктаж «Осторожно, сосульки!» Викторина «Весна красна»
VIII. Игры соревнования	Словесный, наглядный, практический, репродуктивный, игровой	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Спортивный инвентарь: обручи, мячи и т.п.
IX. Любимые игры	Словесный, наглядный, практический, репродуктивный, игровой	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Викторина «Знатоки подвижных игр» Иллюстрации подвижных игр, ободки.

Методическое обеспечение второго года обучения

Название раздела	Методы обучения	Педагогические технологии	Дидактический материал
	Словесный, игровой, наглядный, объяснительно-иллюстративный	технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Вводный и первичный инструктаж, картинки спортивной и иной деятельности, картинки спортивного инвентаря, комплекс упражнений для определения физической подготовки
I. Игры с бегом	Словесный, игровой, наглядный, репродуктивный, объяснительно-иллюстративный	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Таблицы правил поведения в спортивном зале, на игровой площадке, пословицы и поговорки о здоровье, рассказы о здоровом образе жизни, картинки подвижных игр, ободки для игр
II. Игры с прыжками	Словесный, игровой, практический, объяснительно-иллюстративный, наглядный, продуктивный	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Ободки для игр Целевой инструктаж «Осторожно – гололёд!» Викторина «Я по улице иду»
III. Игры с метанием	Словесный, игровой, наглядный, практический, репродуктивный	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Мешочки с песком, опилками для метания Загадки о Новом годе, иллюстрации Деда Морозов разных стран, иллюстрации новогоднего праздника. Целевой инструктаж «Опасные огоньки». Викторина «Наш любимый Новый год»
IV. Игры со словами	Словесный, наглядный, практический, репродуктивный, игровой	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Тексты игр, ободки для игр
V. Игры на ориентировку в пространстве	Словесный, наглядный, практический	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Атрибуты для игр
VI. Игры с мячом	Словесный, наглядный, практический, репродуктивный, игровой	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Мячи разных диаметров
VII. Игры с ползанием и	Словесный, наглядный, практический,	Технология группового обучения, технология	Целевой инструктаж «Осторожно, сосульки!»

лазанием	репродуктивный, игровой	игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Викторина «Весна красна»
VIII. Игры соревнования	Словесный, наглядный, практический, репродуктивный, игровой	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Спортивный инвентарь: обручи, мячи и т.п.
IX. Любимые игры	Словесный, наглядный, практический, репродуктивный, игровой	Технология группового обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология	Викторина «Знатоки подвижных игр». Иллюстрации подвижных игр, ободки.

2.6. Список литературы.

1. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 64 с. (Здоровый малыш)
2. Галанов А.С. Игры, которые лечат (для детей от 5 до 7 лет). – М.: Педагогическое общество России, 2009. – 96 с.
3. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128 с. (Здоровый малыш)
4. Елкина Н.В. 1000 загадок. Популярное пособие для родителей и педагогов / Сост. Н.В. Елкина, Т.И. Тарабарина; худож.: В.Н. Куров, Г.В. Соколов. – Ярославль: Академия развития, 2007. – 224 с.: ил. – (Игра, обучение, развитие, развлечение).
5. Каргина З.А. Об итоговой аттестации воспитанников детских объединений. (Журнал «Внешкольник» № 4/2003г.)
6. Кузнецова М.Н. Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ: практическое пособие / М.Н. Кузнецова. – М.: Айрис-пресс, 2007. – 112 с. – (Дошкольное воспитание и развитие).
7. Куковьякина Т.В Развитие творческих способностей детей через игровую деятельность //Дополнительное образование 4/2007г. с. 62.
8. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2003. – 192 с. – (Дошкольное воспитание и развитие).

ТЕСТЫ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ

Прыжок в длину с места

Обследование прыжков в длину с места можно проводить в помещении в любое время года. Прыжок выполняется в физкультурном зале, для этого может использоваться резиновая дорожка.

Ребенок прыгает, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляется на обе ноги. При приземлении нельзя опираться позади себя руками. Измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (в см). Засчитывается лучшая из попыток.

Необходимое оборудование: рулетка, мел, прорезиненная дорожка. Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.

Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения стоя

Испытание проводится на ровной площадке длиной не менее 10 м. Ребенок встает у контрольной линии разметки и бросает мяч из-за головы двумя руками вперед из исходного положения стоя, одна нога впереди, другая сзади.

При броске ступни должны сохранять контакт с землей. Допускается движение вслед за произведенным броском. Делаются 3 попытки. Засчитывается лучший результат.

Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.

Необходимое оборудование: (медицинский) набивной мяч массой 1 кг, мел, размеченная площадка для толкания мяча.

Метание легкого мяча на дальность

Обследование дальности метания проводится в зале. Коридор для метания должен быть шириной не менее 3 м и длиной 15—20 м. Дорожка предварительно размечается мелом поперечными линиями через каждый метр и пронумеровывается цифрами расстояние. Линия отталкивания шириной 40 см заштриховывается мелом. По команде воспитателя ребенок подходит к линии отталкивания, из исходного положения стоя производит бросок мячом одной рукой из-за головы, одна нога поставлена впереди другой на расстоянии 1 шага. При броске нельзя изменять положение ступней. Засчитывается лучший результат из 3 попыток.

Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.

Необходимое оборудование: легкий мяч или мешочки с песком массой до 200 г в количестве не меньше 3, рулетка длиной 20 м, мел, размеченная дорожка. Ноги врозь.

Прыжки на двух ногах боком за 10 с

Для проведения теста необходима площадка в зале.

На площадке начертить или наклеить на полу 2 ленты из лейкопластыря или любой другой клеящей ленты на расстоянии 35 см одна от другой. По команде «На старт!» ребенок становится правой ногой на правую линию. По команде «Начинай!» он, оттолкнувшись обеими ногами, прыгает влево так, чтобы правой ногой стать на левую линию или еще левее, затем прыгает вправо и возвращается в исходное положение. Упражнение выполняется как можно быстрее. Педагог включает секундомер по команде «Начинай!» и выключает его через 10 с, подав команду «Кончай!»

Педагог каждый прыжок в одну сторону засчитывает как один раз, по истечении 10 с фиксирует количество раз. Если в момент команды «Кончай!» ребенок подпрыгнул и находился в воздухе, засчитывается как прыжок или 1 раз.

Тест проводится 2 раза и фиксируется лучший результат. Необходимо требовать, чтобы ребенок точно наступал на линии.

Необходимое оборудование: секундомер, 2 клеящие ленты, физкультурный зал.

Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет.

ТЕСТЫ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ ЛОВКОСТИ.

Бег зигзагом

Тест проводится в зале длиной не менее 15 м. Намечается линия старта, которая является одновременно и линией финиша. От линии «старта» на расстоянии 5 м кладутся 2 больших мяча, от них на расстоянии 3 м еще 2 больших мяча параллельно первым и еще 2 мяча на таком же расстоянии.

Таким образом, дистанция делится на 3 зоны. Расстояние между мячами 2 м. Необходимо указать направление движения стрелками.

По команде «На старт!» ребенок становится позади линии старта. По команде «Марш!» ребенок бежит зигзагом в направлении, указанном стрелкой между мячами и финиширует. Педагог выключает секундомер только после того, как ребенок пройдет всю дистанцию. Время измеряется с точностью до 1/10с. Тест проводится одним ребенком 2 раза и фиксируется лучший результат. Если ребенок задел мяч или столкнул его с места, сбился с курса или упал, тест проводится заново.

Ребенку необходим показ.

Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет.

Прыжки через скакалку

Принимается исходное положение: ноги вместе, руки внизу, в руках скакалка. Затем ребенок прыгает вперед через скакалку. Воспитатель считает количество прыжков.

Делаются две попытки, засчитывается лучший результат.

Внимание! Важно правильно подобрать скакалку для каждого ребенка. Если скакалка выбрана правильно, то, когда ребенок встает обеими

ногами на середину скакалки и натягивает ее, концы скакалки достают до подмышек.

Тест предназначен для детей от 5 до 7 лет.

ТЕСТЫ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ БЫСТРОТЫ

Бег на дистанцию Юме хода

Тест проводится педагогом на беговой дорожке длиной не менее 30 м, шириной 2—3 м. На линии начала 10-метрового отрезка (т.е. старта) и линии финиша устанавливаются 2 стойки. Ребенок начинает разгоняться за 10 м так, чтобы набрать максимальную скорость к линии старта. Помощник педагога стоит строго на линии старта. В момент, когда ребенок поравнялся с линией старта, помощник делает резкую отмашку флажком. По этому сигналу педагог, стоящий на линии финиша, включает секундомер и в момент, когда ребенок пересек линию финиша, секундомер выключает.

Необходимое оборудование: секундомер, 2 стойки для старта и финиша, мел, размеченная беговая дорожка. Тест можно проводить с двумя участниками на беговой дорожке.

Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет.

Бег на дистанцию 30 м

В зале определяется дорожка шириной 2—3 м, длиной не менее 40 м. На дорожке стойками или флажками отмечаются линия старта и линия финиша. Тестирование проводят педагог и помощник, один с флажком — на линии старта, второй с секундомером — на линии финиша. По команде «Внимание!» двое детей подходят к линии старта и принимают стартовую позу стоя — «Высокий старт». Следует команда «Марш!», и дается отмашка флажком. В это время педагог, стоящий на линии финиша, включает секундомер. Дети начинают бег на дистанцию. Во время бега не следует торопить ребенка, корректировать его бег, подсказывать элементы техники. Отмашка флажком должна даваться педагогом сбоку от стартующих детей и четко. Во время пересечения финишной линии секундомер выключается. Время фиксируется педагогом, стоящим на линии финиша.

Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет.

Необходимое оборудование: 2 стойки или флажка, 2 секундомера, размеченная беговая дорожка.

«Челночный бег» 3*10 м

Тест проводится на ровной площадке длиной не менее 15 м, на которой чертятся 2 параллельные линии на расстоянии 10 м друг от друга. На каждой черте наносятся 2 круга диаметром 0,5 м с центром на черте.

По команде «Внимание!» ребенок подходит к стартовой линии. По команде «Марш!» ребенок бежит к кубику, положенному в круг напротив, поднимает его, бежит назад к стартовой линии и кладет кубик в пустой круг. Затем возвращается назад.

Учитывается время от команды «Марш!» до момента возвращения на финиш. Бросать кубик не разрешается. При нарушении этого правила назначается вторая попытка. Выполняется одна попытка.

Тест предназначен для детей 4—7 лет.

Необходимое оборудование: секундомер, кубик (5 см³), мел.

ТЕСТ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ ВЫНОСЛИВОСТИ

Бег на дистанции 90, 120, 150, 300 м (в зависимости от возраста детей)

Проводится на размеченной площадке дошкольного учреждения педагогом и его помощником.

На дистанциях намечаются линии старта и финиша. По команде «Внимание!» дети подходят к стартовой линии. По команде «Марш!» дается отмашка флажком и старт для бегущих, включается секундомер. При пересечении линии финиша секундомер выключается. Выполняется одна попытка.

Тест предназначен для детей:

5 лет — дистанция 90 м;

6 лет — дистанция 120 м;

7 лет — дистанция 150 м.

Тест-бег на дистанцию 300 м проводится для детей 5—7 лет на прохождение дистанции, без учета времени.

ТАБЛИЦА ОЦЕНОК ФИЗИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ДЕТЕЙ 4 — 7 ЛЕТ I УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ (тесты для мальчиков)

Возраст	ВЫСОКИЙ	СРЕДНИЙ	НИЗКИЙ
---------	---------	---------	--------

ТЕСТ № 1 (ПОДЪЁМ ТУЛОВИЩА В СЕД; кол — во раз за 30 сек)

4 – 5	12 и выше	11 – 6	5 и ниже
5 – 6	13 и выше	12 – 7	6 и ниже
6 – 7	14 и выше	13 – 8	7 и ниже

ТЕСТ №2 (ПРЫЖКИ В ДЛИНУ С МЕСТА; см)

4 – 5	90 и выше	89 – 54	53 и ниже
5 – 6	110 и выше	109 – 71	70 и ниже
6 – 7	125 и выше	124 – 83	82 и ниже

ТЕСТ №3 (НАКЛОН ВПЕРЕД ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ СИДЯ; см)

4 – 5	9 и выше	8,9 — 0,1	0 и ниже
-------	----------	-----------	----------

5 – 6	10 и выше	9,9 — 1,1	1 и ниже
6 – 7	11 и выше	10,9 — 2,1	2 и ниже

ТЕСТ №4 (ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ 3 * 10м; секунды)

4 – 5	11,9 и ниже	12,0 — 13,0	13,1 и выше
5 – 6	10,9 и ниже	11,0 — 12,4	12,5 и выше
6 – 7	10,0 и ниже	10,1 — 11,4	11,5 и выше

I УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

(тесты для девочек)

ТЕСТ №1 (ПОДЪЁМ ТУЛОВИЩА В СЕД; количество раз за 30 секунд)

4-5	11 и выше	10 — 5	4 и ниже
5-6	12 и выше	11 — 6	5 и ниже
6-7	13 и выше	12 — 7	6 и ниже

ТЕСТ №2 (ПРЫЖОК В ДЛИНУ С МЕСТА; сантиметры)

4-5	85 и выше	84 — 46	45 и ниже
5-6	100 и выше	99 — 63	62 и ниже
6-7	115 и выше	114 — 79	78 и ниже

ТЕСТ № 3 (НАКЛОН ВПЕРЕД ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ СИДЯ; сантиметры)

4-5	10,5 и выше	10,4 — 0,5	0,4 и ниже
5-6	12 и выше	11,9 — 1,6	1,5 и ниже
6-7	15,5 и выше	15,4 — 2,9	2,8 и ниже

Тест №4 (ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ 3*10 метров; секунды)

4-5	12,1 и ниже	12,2 — 13,1	13,2 и выше
5-6	11,1 и ниже	11,2 — 12,4	12,5 и выше