

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 50 С.НОВОУКРАИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН

с.Новоукраинское, Гулькевичский район, Краснодарский край, Российская
Федерация, 352165

Телефон: 8(86160)9-12-92 email: gul-madou50@yandex.ru

Рассмотрено

на педагогическом совете

Протокол № 4 от 31.05.2022

Утверждаю

Заведующий МАДОУ д/с № 50

Пацкова Е.А.Пацкова

Приказ № 52 от 31.05.2022



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ФИТБОЛ»

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1год(72ч)

Возрастная категория: 5-блет

Форма обучения: очная

Состав группы: до 15 человек

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на внебюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: 47440

Автор – составитель: Ушкань Анна Анатольевна
педагог дополнительного образования

2022г

Нормативно-правовое основание проектирования дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014г. № 1726-р.

2. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018г.

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4. Приказ Минтруда России от 05 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28 августа 2018г., регистрационный номер № 25016).

5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014г. №2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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».

7. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 18.11.2015г. Министерство образования и науки РФ.

8. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Целевой модели региональных систем дополнительного образования детей» от 03.09.2019 №467).

9. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»

10. Федеральный закон от 29.12.2010 N 436-ФЗ (ред. от 18.12.2018) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».

11. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2020г.

12. Государственная программа Краснодарского края «Развитие образования», утвержденная постановлением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 5 октября 2015 г. № 939.

13. Концепция развития системы дополнительного образования детей в Краснодарском крае до 2020г, утвержденная постановлением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 2016г.

14. Положение «о внутреннем мониторинге качества образования в муниципальном автономном дошкольном образовательном учреждении детский сад №50 с Новоукраинского муниципального образования Гулькевичский район», утвержденное приказом заведующего МАДОУ от 31.08.2019г.

15. Устав МАДОУ д/с №50, утвержденный постановлением администрации муниципального образования Гулькевичский район от 09 июля 2021 года № 1035.

16. Приказ Минпросвещения России от 30.09.2020 N 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам

Содержание программы дополнительного образования

РАЗДЕЛ I «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»		
1.1.	Пояснительная записка	5-7
1.2.	Содержание программы	7-9
1.3.	Планируемые результаты освоения Программы дополнительного образования «Фитбол»	9-10
РАЗДЕЛ II «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»		
2.1.	Календарный учебный график	10-13
2.2.	Условия реализации программы	14
2.3.	Формы промежуточной и итоговой аттестации	14-16
2.4.	Методические материалы	16-18
2.5.	Список литературы	19
	Приложение 1	20

РАЗДЕЛ I «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа ознакомительного уровня «Фитбол» имеет физкультурно-спортивную направленность, создана для работы по укреплению здоровья детей, коррекции недостатков физического развития, профилактики заболеваний и увеличения двигательной активности.

Фитбол – одно из новых направлений в работе с дошкольниками. Актуальность фитбол-гимнастики в детском саду обусловлена тем, что новое для дошкольного учреждения оборудование имеет ряд преимуществ, среди другого физкультурного инвентаря. Занятия с мячом-фитболом не просто укрепляют мышцы спины и брюшного пресса, но и позволяют решать достаточно актуальную для современного дошкольника задачу – формируют правильную осанку. Являясь средством оздоровительно – коррекционной работы, такие мячи оказывают специфическое воздействие на опорно – двигательный и связочно – мышечный аппарат.

Новые подходы к содержанию физкультурных занятий способствует повышению уровня здоровья современных дошкольников. Благодаря фитболу снижается уровень заболеваемости и повышается уровень физического развития, повышается благотворное влияние на развитие здоровья.

Педагогическая целесообразность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ознакомительного уровня “Фитбол” определена тем, что ориентирует воспитанника на приобщение к физической культуре через игру, применение полученных знаний, умений и навыков физической культуры в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта. Занятия «Фитболом» являются разновидностью физической культуры и позволяют ребенку поверить в себя, свои возможности, а также научиться взаимодействию со сверстниками и взрослыми. Ознакомительный уровень программы предполагает освоение азов гимнастики, изучение простейших элементов «фитбола», через использование игровых технологий, исполнение простых физических упражнений.

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Фитбол» позволяет включить механизм воспитания каждого члена коллектива и достичь комфортных условий для творческой самореализации. Программа предоставляет собой единственный вид аэробики, где одновременно и в равной степени задействуются

двигательный, тактильный, зрительный и слуховой анализаторы, что значит усиливается положительный эффект от занятий, позитивному самоопределению.

Обучение отличается практической и гуманитарной направленностью в соответствии с психолого-педагогическими особенностями детей старшего дошкольного возраста.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа ознакомительного уровня «Фитбол» рассчитана на работу с дошкольниками в возрасте 5-6 лет. В процессе физкультурно-спортивной деятельности у детей дошкольного возраста совершенствуются координация движения, осанка, и творческие способности. Двигаясь, ребенок формирует и развивает у себя определенные способности: ориентирование в пространстве, согласование движений с музыкой, чувство ритма. Систематическое овладение всеми необходимыми средствами и способами физической деятельности обеспечивает детям радость творчества и их всестороннее развитие: физическое, эстетическое, интеллектуальное, нравственное – и позволяет заниматься в дальнейшем физической культурой на более высоком уровне.

Программа «Фитбол» ознакомительного уровня рассчитана на детей дошкольного возраста 5-6 лет, с различной степенью физической подготовки (все желающие с допуском от врача).

Уровень программы: ознакомительный.

Форма обучения - очная.

Срок реализации программы: 1 год (72 часа)

Объем программы: 1 год обучения 72 часа

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу, 1 академический час составляет 25 минут.

Состав группы - постоянный

- занятия – групповые, фронтальные

- виды учебных занятий: - традиционное занятие; комбинированное занятие; игра, праздник; открытое занятие технология программы предусматривает занятия по группам (5-10 человек), а также индивидуальные занятия.

Цель программы: содействовать укреплению здоровья ребенка, приобщению к здоровому образу жизни через занятия с фитбол мячом.

Задачи программы.

Образовательные:

1. Содействовать физическому развитию, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;

2. Пробудить творческую активность детей, стимулировать воображение, желание включаться в физическую деятельность;

Воспитательные:

1. Воспитывать интерес и потребность в физических упражнениях и играх.

2. Воспитывать умение эмоционального самовыражения, раскрепощенности и творчества в движениях.

3. Формировать навыки выразительности, пластичности в движениях.
4. Воспитывать трудолюбие и стремление к достижению поставленной цели.
5. Содействовать формированию коммуникативных качеств у детей.

Развивающие:

1. Развивать двигательную сферу ребенка и его физические качества: выносливость, ловкость, быстрота, гибкость.
2. Развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи.
3. Развивать физические качества и укреплять здоровье детей, используя эффективность методики комплексного воздействия упражнений фитнес-гимнастики на развитие физических способностей детей дошкольного возраста.
4. Формировать правильную осанку, содействовать профилактике плоскостопия и исправлению недостатков осанки;
5. Работать над умением ориентироваться в пространстве; тренировать память, внимание,
6. Обеспечивать психологический комфорт.

1.2. Содержание программы

Учебный план

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Введение. Знакомство с мячом и его свойствами. Техника безопасности.	1	1	-	Текущий контроль (собеседование)
2.	Упражнения в едином темпе	20	6	14	Текущий контроль
2. 1.	Формирование осанки и равновесия	4	2	2	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения)
2. 2.	Махи ногами	8	2	6	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения)
2. 3	Скрещивание ног	8	2	6	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения)
3.	Упражнения на	20	8	12	Текущий

	растягивание				контроль
3.1.	Упражнения на сохранение равновесия при уменьшенной площади опоры.	6	2	4	Текущий контроль, наблюдение, упражнение)
3.2.	Упражнения на выполнение комплекса общеразвивающих упражнений с использованием фитбола.	4	2	2	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнение)
3.3.	Упражнения на выполнение поворота корпуса	6	2	4	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнение)
3.4.	Подвижные игры	4	2	2	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнение)
4.	Упражнения для тренировки рук и плеч	17	5	12	Текущий контроль
4.1.	Упражнения в упоре лёжа	6	2	4	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнение)
4.2.	Передача мяча из рук в ноги	6	2	4	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнение)
4.3.	Подвижные игры	5	1	4	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнение)
5.	Выполнение упражнений в расслаблении мышц	13	4	9	Текущий контроль.
5.1.	Упражнения с наклонами.	6	2	4	Текущий контроль, наблюдение, упражнения).
5.2.	Перекат на коленях	5	2	3	Текущий контроль, наблюдение, упражнения
5.3.	Подвижные игры на растяжку	2	-	2	Текущий контроль

					(наблюдение, игра, упражнения)
6.	Итоговое занятие	1	-	1	Промежуточный контроль (диагностика выполнения упражнений)
	ИТОГО	72	24	48	

Содержание учебного плана

1. Введение. Знакомство с мячом и его свойствами. Техника безопасности.

Теория. Понятие фитбол-гимнастики. Вводный инструктаж по технике безопасности.

2. Упражнения в едином темпе

2.1. Формирование осанки и равновесия

Теория. Базовые положения при выполнении упражнений в партере (сидя, лежа, в приседе). Приемы самостраховки. Сохранение правильной осанки при выполнении упражнений для рук и ног в сочетании с покачиваниями на фитболе.

Практика. Упражнение «Крылышки», «Часики», «Ветер дует».

2.2. Махи ногами

Теория. Осознанное овладение движениями, самоконтроль и самооценка при выполнении упражнений.

Практика. Упражнение «Пловец», «Спортсмен», «Гимнаст».

2.3. Скрещивание ног

Теория. Осознанное овладение движениями, самоконтроль и самооценка при выполнении упражнений.

Практика. Упражнение «Ножницы», «Косичка», «Мельница».

3. Упражнение на растягивание

3.1. Упражнения на сохранение равновесия при уменьшенной площади опоры

Теория. Значение упражнений для укрепления мышечного корсета. Правильная осанка. Чувство равновесия и координация движений.

Практика. Упражнение «Бабочка», «Елочка», «Снежинки», «Книга».

3.2. Упражнения на выполнение комплекса общеразвивающих упражнений с использованием фитбола –

Теория. Ориентирование в пространстве зала. Координация движений при выполнении движений в парах, в группе. Укрепление мышц рук, ног, спины.

Практика. Упражнения «Покачайся», «Ходьба вокруг себя сидя на мяче», «Экскаватор», «Мостик».

3.3. Упражнения на выполнение поворота корпуса

Теория. Ориентирование в пространстве зала. Координация движений при выполнении движений в парах, в группе. Укрепление мышц рук, ног, спины.

Практика. Упражнения «Неваляшка», «Покачайся», «Экскаватор»

3.4. Подвижные игры –

Теория. Развитие внимания, координации движений, формирование правильной осанки во время подвижных игр. Техника безопасности во время подвижных игр.

Практика. Подвижные игры «Гусеница», «Пингвины на льдине», «Снежная крепость», «Эстафеты».

4. Упражнения для тренировки рук и плеч

4.1 Упражнения в упоре лёжа

Теория: Координация движений при выполнении движений в группе. Укрепление мышц рук, ног, спины.

Практика. Упражнения «Скалолаз», «Велосипед», «Супермен».

4.2 Передача мяча из рук в ноги

Теория: Координация движений при выполнении движений в группе. Укрепление мышц рук, ног, спины.

Практика. Упражнения «Панда», «Велосипед», «Жучок».

4.3 Подвижные игры –

Теория. Развитие внимания, координации движений, формирование правильной осанки во время подвижных игр. Техника безопасности во время подвижных игр.

Практика. Подвижные игры «Конькобежец», «Ловкие циркачи», «Эстафеты».

5. Выполнение упражнений в расслаблении мышц

5.1 Упражнения с наклонами.

Теория. Упражнения с наклонами. Подвижные игры на растяжку.

Практика. Упражнения «Кошечка», «Зайка», «Лисичка».

5.2 Перекат на коленях

Теория. Упражнения с перекатами через мяч из положения на коленях.

Практика. Упражнения «Потягушки», «Котик», «Лисичка».

Подвижные игры на растяжку

5.3 Подвижные игры «А ну ка, догони», «Ловишки», «Тучи и солнышко», «Успей догнать».

6. Итоговое занятие.

Практика. Промежуточный контроль: диагностика выполняемых упражнений

1.3. Планируемые результаты освоения Программы дополнительного образования «Фитбол»

По итогам реализации программы «Фитбол» (ознакомительный уровень) ожидаются следующие результаты:

1. Личностные.

- развитие навыков к здоровому образу жизни;
- развитие самооценки собственного физического развития.

2. Предметные.

- формирование универсальных учебных действий учащихся в области физического развития.

Учащиеся должны

Знать:

- правила поведения на занятиях физической культуры;
- что такое Фитбол,
- что такое правильная осанка.

Уметь:

- выполнять упражнения с элементами фитбола;
- сохранять длительное устойчивое равновесие;
- следить за осанкой;
- контролировать действие других;
- самостоятельно правильно выполнять упражнения с фитболом по предварительному показу;
- выполнять упражнения по фитболу не только в д/саду, но и самостоятельно в домашних условиях.
- соблюдать правила игры.

Метапредметные

Регулятивные универсальные учебные действия:

- умение организации рабочего места;
- умение соблюдения правил техники безопасности при разучивании физических упражнений;
- умение анализировать и оценивать созданные образы;
- умение работать по плану, сверять свои действия с целью, самостоятельно вносить коррективы и исправлять ошибки.

Познавательные универсальные учебные действия:

- развитие речевых навыков при обсуждении физических упражнений;
- повышение интереса к физической культуре и спорту;

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- умение сотрудничать со своими сверстниками, оказывать товарищескую помощь, проявлять самостоятельность;
- умение вырабатывать навыки адекватной самооценки.

В ходе реализации программы «Фитбол» предполагается освоение и перевод на базовый уровень не менее 75% детей.

РАЗДЕЛ II «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

2.1. Календарный учебный график

Дата начала и окончания учебного периода – с 01.09.2022г. по 31.05.2023г

Количество учебных недель – 36.

Сроки проведения контрольных процедур

Контроль	Срок проведения контроля
Входная диагностика	Первые 2 недели учебного периода
Текущий контроль	По окончанию изучения раздела программы
Промежуточная аттестация	Последние 2 недели 1 учебного полугодия
Итоговая аттестация	Последние 2 недели учебного периода

Группа №1 первого года обучения

Место проведения: с.Новоукраинское ул.Прикубанская 61, спортивный зал

Время проведения. Приложение 1

№ п/п	Дата		Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
	По плану	По факту					
1			Водное занятие	1	Беседа	спортивный зал	Текущий контроль(собеседование)
Упражнения в едином темпе – 20 часов.							
2			Формирование осанки и равновесия	4	Практическое	спортивный зал	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения)
3			Махи ногами	8	Практическое	спортивный зал	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения)
4			Скрещивание ног	8	Практическое	спортивный зал	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения)
Упражнение на растягивание – 20 часов							
5			Упражнения на сохранение равновесия при уменьшенной площади опоры.	6	Практическое	спортивный зал	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения)
6			Упражнения на выполнение	4	Практическое	спортивный зал	Текущий контроль (наблюдение, игра,

			комплекса общеразвивающих упражнений с использованием фитбола.				упражнения)
7			Упражнения на выполнение поворота корпуса	6	Практичес кое	спортивн ый зал	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения)
8			Подвижные игры	4	Практичес кое	спортивн ый зал	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения).
Упражнения для тренировки рук и плеч-17 часов							
9			Упражнения в упоре лёжа	6	Практичес кое	спортивн ый зал	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения).
10			Передача мяча из рук в ноги	6	Практичес кое	спортивн ый зал	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения).
11			Подвижные игры	5	Практичес кое	спортивн ый зал	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения).
Выполнение упражнений в расслаблении мышц – 13 часов							
12			Упражнения с наклонами	6	Практичес кое	спортивн ый зал	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения)
13			Упражнение перекат на коленях	5	Практичес кое	спортивн ый зал	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения)
14			Подвижные игры на растяжку	2	Практичес кое	спортивн ый зал	Текущий контроль (наблюдение, игра, упражнения)
15			Итоговое занятие	1	Практичес кое	спортивн ый зал	Промежуточный контроль (диагностика выполнения упражнений)

2.2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Спортивный зал-светлое, проветриваемое помещение, отвечающее санитарно-гигиеническим нормам.

-корзины для хранения атрибутов и пособий.

-мячи большие (диаметр 55 см.)-10шт

-маты -10шт

-гимнастические палки-10шт

-мягкие коврики-10шт

-мячи-10шт

- обручи-10шт
- скакалки-10шт

Техническое оснащение:

- музыкальный центр SONY -1

Программное обеспечение:

- Онлайн-сервисы: Googl-формы, YouTube, Электронная почта, WhatsApp, Zoom.

Информационное обеспечение:

1. <https://infourok.ru>
2. Сайт «МААМ» <https://www.maam.ru>
3. [instagram.com/madouds50](https://www.instagram.com/madouds50)

Кадровое обеспечение: программу реализует педагог дополнительного образования Ушкань Анна Анатольевна. Молодой перспективный специалист. Владеет методами, средствами и приёмами организации деятельности учащихся, в том числе современными педагогическими технологиями. Электронными образовательными и информационными ресурсами.

2.3 Формы промежуточной и итоговой аттестации

Для подведения итогов реализации программы проводится групповая промежуточная аттестация (декабрь) и итоговая аттестация (май).

Цель: получение информации об уровне усвояемости программы и уровне целостного развития ребенка, формирование средствами физических упражнений и ритмичных движений разнообразных умений, способностей, качеств личности.

Данные промежуточной и итоговой диагностики должны отражать становления показателей, которые развиваются у дошкольников на протяжении освоения программы. Прослеживая динамику ребёнка по показателям, выявляя, имеет ли она изменяющийся прогрессивный или регрессивный характер, можно дать общую оценку успешности программы, а также выделить направления, нуждающиеся в коррекции.

Формами отслеживания и фиксации образовательных результатов по программе при проведении **текущего контроля** универсальных учебных действий являются:

- журнал посещаемости
- участие обучающихся в мероприятиях учреждения;
- отзывы родителей о работе кружка «Фитбол»

Формами отслеживания и фиксации образовательных результатов программы при проведении **промежуточной аттестации** являются:

-протоколы заседания аттестационной комиссии учреждения по проведению промежуточной аттестации учащихся;

Формами предъявления и демонстрации образовательных результатов программы являются:

- открытые занятия.

Оценочные материалы

Система диагностики предметных, метапредметных и личностных результатов.

Планируемые результаты	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Числовые баллы	Методы диагностики
Предметный результат	-коммуникативные танцы-игры; -игрогимнастика, - музыкально-ритмические игры-упражнения; - танец; - образно-игровые композиции, - сюжетные этюды-импровизации; - слушание и анализ музыкального материала.	<i>Максимальный уровень</i> – знает названия геометрических фигур и объемных тел, сравнивает их, находит в окружающих предметах, изображает и конструирует, выделяет элементы фигур	3	-журнал посещаемости обучающихся в мероприятиях учреждения; -отзывы родителей о работе кружка «Фитбол» -открытые занятия.
		<i>Средний уровень</i> – допускает одну ошибку в названиях фигур, но исправляет ее самостоятельно, сравнивает, изображает и конструирует, в окружающих предметах находит не всегда, элементы фигур	2	
		<i>Минимальный уровень</i> – Ребенок неправильно называет геометрические фигуры, самостоятельно не проводит их сравнение, не выделяет элементы геометрических фигур, изображает и конструирует с помощью педагога, в окружающих предметах находит не всегда.	1	

Обработка результатов диагностики проводится следующим образом: результаты наблюдений, выполненных заданий заносятся в баллах в диагностическую карту, затем вычисляется средний оценочный балл по каждому ученику, по которому определяются уровни освоения программы.
 От 2,5 до 3 – максимальный уровень

От 1,6 до 2,4 – средний уровень

0,1 до 1,5 – минимальный уровень

**Диагностическая карта предметных (метапредметных) результатов по
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Фитбол»**

№ группы (название группы) _____

№ п/п	ФИ учащихся	Показатели					Средний балл
		Качество знаний, умения, , навыки	Особенности мотивации и к занятиям.	Творческая активность	Спортивно- физическая настроенность	Достижения	
1.							
2.							
3 и т.д.							

2.4. Методические материалы

Обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Фитбол» основано на следующих **принципах**:

- гуманизации образования** (необходимость бережного отношения к каждому ребенку как личности);
- от простого - к сложному** (взаимосвязь и взаимообусловленность всех компонентов программы);
- единства индивидуального и коллективного** (развитие индивидуальных черт и способностей личности в процессе коллективной деятельности, обеспечивающий слияние в одно целое различных индивидуальностей с полным сохранением свободы личности в процессе коллективных занятий);
- творческого самовыражения** (реализация потребностей ребенка в самовыражении);
- психологической комфортности** (создание на занятии доброжелательной атмосферы);
- индивидуальности** (выбор способов, приемов, темпа обучения с учетом различия детей, уровнем их физических способностей);
- наглядности** (достижение задач при помощи иллюстраций, электронных презентаций, видеозаписей фитбол-гимнастики);
- дифференцированного подхода** (использование различных методов и приемов обучения, разных упражнений с учетом возраста, физического развития детей);
- доступности и посильности** (подача учебного материала соответственно

развитию физических способностей и возрастным особенностям учащихся).

При реализации программы используются следующие **методы обучения:**

-игровой метод. Основным методом обучения фитбол-гимнастики детей дошкольного возраста является *игра*, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Каждая 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.

-метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

-словесный метод. Это беседа о физкультуре, спорте, здоровье, объяснение методики исполнения движений, оценка.

-практический метод заключается в многократном выполнении конкретного физического движения.

-наглядный метод – выразительный показ движений под счет, с музыкой. Показ детям видеофрагментов фитбол-гимнастики.

-репродуктивный (воспроизводящий);

-проблемно-поисковый (индивидуальный или коллективный способ решения проблемы, поставленной перед учащимися);

-творческий.

При реализации программы используются следующие **методы воспитания**

-упражнение (отработка и закрепление полученных компетенций);

-мотивация (создание желания заниматься определенным видом деятельности);

-стимулирование (создание ситуации успеха).

Основными формами образовательного процесса являются беседы, практические занятия и игры. На всех этапах освоения программы используется индивидуальная, парная и коллективная формы организации процесса обучения.

Для достижения цели и задач программы предусматриваются **педагогические технологии** разноуровневого, развивающего, личностно-ориентированного, индивидуального, группового обучения, коллективной творческой деятельности. Данные технологии учитывают интересы, индивидуальные возрастные и психологические особенности каждого учащегося, уровень стартовых образовательных компетенций.

Алгоритм учебного занятия

Структура занятия включает в себя следующие этапы :

- организационный момент;

- постановка цели;

- показ с объяснением;

- динамическая пауза;

- напоминание правил по технике безопасности;
- практическая деятельность детей;
- помощь со стороны взрослого и детей тем, кто затрудняется;
- анализ и самооценка деятельности детьми

2.5. Список литературы

Для педагога:

1. Клубкова Е.Ю. Фитбол в оздоровлении организма. –СПб., 2001.
2. Крючек Е.С. Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий: Учебно-метод. пос. - М.: Terra-Спорт, Олимпия Пресс,2001. - 64 с.
3. Кудра Т.А. Аэробика и здоровый образ жизни: Учеб. пос.-Владивосток: МГУ им. адмирала Г.И. Невельского, 2001.- 120 с.
4. Н.Э. Власенко Фитбол в физическом воспитании детей дошкольного возраста(теория,методика,практика). СПб. ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО» «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015. – 112С.
5. Попова Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. - М.: Terra-Спорт, 2000. - 72 с.
6. Потапчук А.А. Лечебные игры и упражнения для детей. С.-П. 2007.
7. Теория и методика физического воспитания /Под общ. ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. - М.: ФиС, 1976.Т. 1, с. 85.
8. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. Фитнес-данс. С.-П. 2007.
9. Сайкина Е.Г., КузнецоваС.В. Танцы на мячах: оздоровительно-развивающая программа по фитбол-аэробикедля детей дошкольного и младше школьного возраста. – СПб.: Изд-во РГПУ им.А.И.Герцена, 2006.
10. М. Ю. Картушина «Зеленый огонек здоровья».

Для учащихся и родителей:

Иллюстративный материал.

Э. Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр».

Н.М. Соломенникова, Т. Н. Машина «Формирование двигательной сферы у детей 3 – 7 лет. Фитбол – гимнастика».

Интернет – ресурсы:

1. <http://doshkolnik.ru/>
2. <http://www.neboleem.net/fitbol.php>
3. <https://azbyka.ru/deti/fitbol-gimnastika>

Приложение 1

Дополнительные платные образовательные услуги	Группа	Группа 5-6 лет	
		В неделю занятий	В год часов
«Фитбол»		2	72
Итого компонент ОУ		2	72

Примечание:

1. Количество занятий формируется при обязательном соблюдении санитарно-гигиенических требований к организации образовательного процесса, предусмотренных СанПиН 2.4.2.2821-10

№	Наименование группы	Наименование объединения дополнительного образования	Время проведения
1	Старшая группа (Группа 5-6 лет)	«Фитбол»	вторник четверг 11:30-11:55