



Государственное бюджетное образовательное учреждение детский сад № 62
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому
развитию детей Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Решением педагогического совета
ГБДОУ детского сада №62
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 31.08.2023 г.

Приказ № 109 от 31.08.2023 г
Заведующий ГБДОУ №62
Невского района
Санкт-Петербурга
О.М. Бойкова



Рабочая программа к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

«Здоровей-ка»

Направленность: физкультурно - оздоровительная

Возраст учащихся 5-7 лет

Срок реализации 1 год

Разработал:

Педагог дополнительного образования,
инструктор по физической культуре
Лексина Ксения Евгеньевна

Санкт-Петербург

2023-2024

Оглавление

Паспорт программы	1
1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	1
1.1. Пояснительная записка	1
1.2. Направленность программы.....	2
1.3. Актуальность программы.....	2
1.4. Отличительные особенности программы/новизна	3
1.5. Адресат программы.....	3
1.6. Условия реализации программы.....	3
1.7. Цели и задачи программы	4
1.8. Целевые ориентиры и планируемые результаты освоения рабочей программы.	4
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	4
2.1. Календарный учебный график реализации дополнительной общеразвивающей программы «ФизКульт - Ура!».....	4
2.2. Учебный план для детей 5-7 лет	5
3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	10
3.1. Особенности организации образовательного процесса	10
Основные методы, используемые при реализации программы:.....	10
3.2. Материально-техническое обеспечение программы.....	10
3.3. Оценочные и методические материалы.....	11
Система педагогического наблюдения (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы.	11
Мониторинг «Владение навыками двигательной деятельности».....	12
3.4. Учебно-методическое обеспечение программы	12
Литература, рекомендуемая для детей и родителей:	13

Паспорт программы
1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ
1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ФизКульт - Ура!» разработана с учетом следующих нормативных документов:

1. Нормативно-правовые акты – Положение Конвенция ООН о правах ребенка;
2. Постановление главного государственного санитарного врача российской федерации от 28 сентября 2020 г N 28 Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
3. Федеральный закон Российской Федерации №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 (с изменениями, внесенными Федеральным законом от 31.07.2020 No 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся», ст.2 п.9; с изменениями, вст.в силу 25.07.2022);
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 No 678-р);
5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 No 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
7. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию // Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017 № 617-р.
8. Устав образовательного учреждения.

1.2. Направленность программы.

Предлагаемая программа имеет физкультурно-оздоровительную направленность, которая является важным направлением в физическом развитии, и рассчитана на 1 год обучения.

Занятия спортивно-оздоровительного кружка играют исключительную роль в предупреждении детских заболеваний и укреплении здоровья ребёнка. Благоприятное влияние их на организм ребёнка тем сильнее, чем больше они соответствуют его возрастным и индивидуальным способностям.

1.3. Актуальность программы.

Проблема здоровья подрастающего поколения в последнее время стала очень актуальной, так как обществу нужны творческие, гармонично развитые, активные личности. Негативное влияние на организм ребенка различных факторов окружающей среды приводит к ухудшению состояния здоровья, снижению умственной и физической активности.

С каждым годом растет количество детей, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями, ожирением, нарушением осанки, речи, зрения, координации движений, деятельности органов дыхания.

Снижается сопротивляемость организма различного рода заболеваниям. В этой связи актуальной становится проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья ребенка, коррекции недостатков физического развития, профилактики заболеваний и увеличения двигательной активности как мощного фактора интеллектуального и эмоционального развития человека.

В последнее время отмечается тенденция к использованию разнообразных средств физической культуры с лечебной направленностью.

В связи с этим актуальным является поиск эффективных путей оздоровления и физического развития детей, повышения уровня их физической подготовленности, приобщения к здоровому образу жизни.

Поэтому задача каждого неравнодушного педагога и родителя – сформировать у ребенка понимание важности физических упражнений, спорта, ведь это залог здоровья. И главную роль в его решении должны играть дошкольные образовательные организации. Одним из путей решения этой проблемы является развитие детского фитнеса и внедрение его технологий в систему физкультурного образования детей дошкольного возраста.

1.4. Отличительные особенности программы/новизна.

Физическое воспитание в дошкольных учреждениях является важным звеном в образовании детей раннего возраста и в настоящее время приобретает еще более актуальное значение.

Все известные педагоги отмечают, что движения – важное условие и средство общего развития ребенка, формирование его психики, способностей, жизненной активности.

Являясь биологической потребностью человека, движения служат обязательным условием формирования всех систем и функций организма, обогащая новыми ощущениями, понятиями, представлениями.

У малышей, с которыми регулярно проводятся упражнения, рост, масса, окружность грудной клетки и другие показатели, как правило, выше, чем у их ровесников, не занимающихся физкультурой.

С целью укрепления здоровья ребенка особое внимание уделяется физкультурно-оздоровительной работе с детьми – одной из главных составляющих дошкольного образования.

Программа представлена в доступной и понятной форме. Перспективное планирование включает в себя разнообразие нетрадиционных форм и методов проведения занятий, использование нестандартного оборудования, сюжетной аэробики, музыкального сопровождения. Структура и содержание занятий направлены на укрепление здоровья, развитие физических качеств, коррекцию недостатков в физическом развитии, потребности в двигательной активности.

1.5. Адресат программы

Программа предназначена для воспитанников 5-7 лет.

Заниматься по программе могут дети, не имеющие медицинских противопоказаний.

1.6. Условия реализации программы

Учебный год с сентября 2023г. по май 2024 г.

Количество занятий в неделю -1.

Продолжительность занятий:

Старшая группа-25 минут.

Подготовительная группа -30 минут

- язык реализации программы:** программа «ФизКульт - Ура!» реализуется на русском языке.
- условия набора в группу:** принимаются все желающие.
- **условия формирования групп:** одновозрастные.
- **формы проведения занятий:** групповая, численностью по 15 обучающихся в группе, с возможностью добора детей в группу на место выбывших обучающихся.
- **формы организации деятельности воспитанников:**
 - Познавательная беседа;
 - Игровые приёмы и упражнения;
 - Объяснение;
 - Наглядно-демонстративный показ.

1.7. Цели и задачи программы

Программа направлена на формирование у маленького ребенка интереса к своему личному здоровью, на совершенствование всех видов движений и развитие физических качеств.

Цель: сохранение и укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и уровня здоровья детей.

Задачи:

- * формировать потребность в здоровом образе жизни;
 - * совершенствовать развитие двигательных способностей детей и физических качеств (силы, выносливости, гибкости, подвижности в суставах, ловкости);
 - * воспитывать эмоционально-положительные отношения и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности;
 - * развивать внимание, сосредоточенность, организованность, воображение, фантазию, умение управлять своими поступками и чувствами.
 - * Формировать у детей интерес к освоению физической культуры.
 - * Укреплять функциональные системы организма.
 - * Способствовать профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата, психофизических нарушений.
 - * Создавать оптимальные условия для каждого ребенка в процессе освоения им двигательного опыта.
 - * Развивать психофизические качества, музыкальные, интеллектуальные, сенсорные способности.
 - * Воспитывать привычку к здоровому и активному образу жизни.
 - * Расширять кругозор, формировать познавательные интересы детей.
- Направленность программы: физкультурно-оздоровительная.
Уровень: Дошкольное образование
Срок реализации: 1 год

1.8. Целевые ориентиры и планируемые результаты освоения рабочей программы.

Главный ожидаемый результат: развитие двигательной активности детей, достижение оптимального уровня здоровья.

В конце учебного года у детей должны сформироваться следующие интегративные качества: любознательный, активный, эмоционально отзывчивый, умеющий управлять своим поведением. Также должны быть сформированы следующие физические качества: быстрота, ловкость, умение высоко и далеко прыгать, владеть мячом, обручем, умение далеко и высоко метать мяч, исполнять несложные ритмические танцы под музыку. У родителей сформировать интерес к физическому развитию ребенка и педагогическую компетентность, а также желание активно участвовать в физическом развитии своих детей в домашних условиях.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

2.1. Календарный учебный график реализации дополнительной общеразвивающей программы «ФизКульт - Ура!» на 2022-2023 учебный год.

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
9 месяцев	01.09.2023	31.05.2024	36	36	1 раз в неделю

2.2. Учебный план для детей 5-7 лет

№ п/п	Содержание (разделы)	Количество часов		
				Всего
		теория	практика	
1.	Вводное занятие	1		1
2.	Лёгкая атлетика		8	8
3.	Школа мяча		9	9
4.	Гимнастика		9	9
5.	Спортивные игры		9	9
Итого		1	35	36

Учебно-тематический план

№	Тема	Сроки
1	Теоретические знания	1 раз в месяц
2	Развитие физических качеств	На каждом занятии
3	Дыхательная гимнастика	На каждом занятии
4	Развитие координации	На каждом занятии
5	ОРУ	На каждом занятии
6	Подвижные игры	На каждом занятии
7	Массаж и самомассаж	1, 3 неделя месяца
8	Лёгкая атлетика	1 неделя месяца
9	Школа мяча	2 неделя месяца
10	Гимнастика	3 неделя месяца
11	Строевые упражнения	3 неделя месяца
12	Спортивные игры	4 неделя месяца

№	Неделя	Содержание
Сентябрь		
1	1 неделя	Вводное занятие. ОРУ без предметов. Развитие прыгучести. Подвижные игры.
2	2 неделя	«Школа мяча» Теоретические знания «Как появился мяч?». Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Стойка при метании. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.
3	3 неделя	Гимнастика

		Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с гимнастической палкой. Ползание на четвереньках различными способами. Подлезание под дугу. Лазание по гимнастической лестнице. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.
4	4 неделя	Спортивные игры. Баскетбол. Теоретические знания об игре «Баскетбол». Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами баскетбола: ведение мяча на месте, в движении, подбрасывание и ловля мяча. Подвижная игра с элементами баскетбола. Малоподвижная игра на внимание.
Октябрь		
5	1 неделя	Лёгкая атлетика. Теоретические знания: «Что такое Лёгкая атлетика?». Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с косичкой. Прыжки в высоту разными способами. Прыжки в длину с двух ног. Подвижная игра. Малоподвижная игра на внимание. Массаж.
6	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Прокатывание мяча разными способами. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.
7	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с обручем. Строевые упражнения. Стойка на лопатках. Лазание по гимнастической лестнице. Прыжки на скакалке. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.
8	4 неделя	Спортивные игры. Футбол. Теоретические знания об игре «Футбол». Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами футбола: ведение мяча, упражнения с мячом на месте и в движении. Подвижная игра с элементами футбола. Малоподвижная игра на внимание.
Ноябрь		
9	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. Упражнения, направленные на развитие скоростных качеств. Формирование скорости реакции. Подвижная игра. Малоподвижная игра на внимание. Самомассаж.
10	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Упражнения с мячом в парах (передача и ловля мяча). Подвижная игра с мячом. Ходьба в колонне по одному с заданиями.

11	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с кубиками. Строевые упражнения. Развитие координации. Упражнения на гимнастической скамье. Подлезание под дугу прямо и боком. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.
12	4 неделя	Спортивные игры. Пионер-бол. Теоретические знания об игре «Волейбол». Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с мячом: броски мяча из разных положений в цель. Подвижная игра с мячом. Упражнения на координацию.
Декабрь		
13	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. Прыжки в высоту. Спрыгивание с различной высоты с правильным приземлением. Подвижная игра. Малоподвижная игра на развитие памяти. Самомассаж.
14	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Прокатывание мяча разными способами. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.
15	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ на гимнастической скамье. Строевые упражнения. Развитие координации. Упражнения на гимнастической скамье. Подлезание под шнур прямо и боком. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.
16	4 неделя	Спортивные игры. Баскетбол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами баскетбола: ведение мяча на месте, в движении, подбрасывание и ловля мяча. Подвижная игра с элементами баскетбола. Малоподвижная игра на внимание.
Январь		
17	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. Развитие выносливости. Беговые упражнения. Прыжки в высоту разными способами. Подвижные игры.
18	2 неделя	Школа мяча. Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с маленькими мячами. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Метание мешочков в даль. Стойка при метании. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.
19	3 неделя	Гимнастика

		Разминка в ходьбе и беге. ОРУ со скакалкой. Ползание на четвереньках различными способами. Подлезание под дугу. Лазание по гимнастической лестнице. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.
20	4 неделя	Спортивные игры. Баскетбол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ на фитболах. СРУ с элементами баскетбола: ведение мяча на месте, в движении, подбрасывание и ловля мяча. Подвижная игра с элементами баскетбола. Малоподвижная игра на внимание.
Февраль		
21	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с гантелями. Прыжки в высоту разными способами. Прыжки в длину с двух ног. Подвижная игра. Малоподвижная игра на внимание. Массаж.
22	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Прокатывание мяча разными способами. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с мешочками на голове.
23	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с обручем. Прокатывание обруча разными способами. Лазание по гимнастической лестнице. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.
24	4 неделя	Спортивные игры. Футбол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами футбола в парах. Подвижная игра с элементами футбола. Малоподвижная игра на внимание.
Март		
25	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. Упражнения, направленные на развитие скоростных качеств. Формирование скорости реакции. Подвижная игра. Малоподвижная игра на внимание. Самомассаж.
26	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Упражнения с мячом в парах (передача и ловля мяча). Подвижная игра с мячом. Ходьба в колонне по одному с заданиями.
27	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с лентами. Строевые упражнения. Развитие координации. Упражнения на гимнастической скамье. Подлезание под дугу прямо и

		боком. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.
28	4 неделя	Спортивные игры. Пионер-бол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с мячом: броски и ловля мяча из разных положений через сетку. Подвижная игра с мячом. Упражнения на координацию.
Апрель		
29	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. Прыжки в высоту. Спрыгивание с различной высоты с правильным приземлением. Подвижная игра. Малоподвижная игра на развитие памяти. Самомассаж.
30	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. Прокатывание мяча разными способами. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.
31	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ на гимнастической скамье. Строевые упражнения. Развитие координации. Упражнения на гимнастической скамье. Подлезание под шнур прямо и боком. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.
32	4 неделя	Спортивные игры. Баскетбол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами баскетбола: ведение мяча на месте, в движении, подбрасывание и ловля мяча. Подвижная игра с элементами баскетбола. Малоподвижная игра на внимание.
Май		
33	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. Развитие выносливости. Беговые соревновательные упражнения. Эстафета.
34	2 неделя	Школа мяча. Подвижные игры с мячом.
35	3 неделя	Гимнастика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с гимнастическими палками. Полоса препятствий. Прыжки на скакалке. Подвижные игры.
36	4 неделя	Спортивные игры. Футбол. Праздник футбола.

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

3.1. Особенности организации образовательного процесса

Основные методы, используемые при реализации программы:

Наглядный метод, обеспечивающий яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений, необходимых для возникновения у ребенка наиболее полного и конкретного представления о движении, активизирующий развитие его сенсорных способностей;

Словесный метод, обращенный к сознанию детей, помогающий осмысливанию поставленной перед ними задачи и в связи с этим сознательному выполнению двигательных упражнений, играющий большую роль в усвоении содержания и структуры упражнений, самостоятельном их применении в различных ситуациях;

Практический метод, связанный с практической двигательной деятельностью детей, обеспечивающий действенную проверку правильности восприятия движения на собственных мышечно-моторных ощущениях. Практические методы характеризуются полной или частичной регламентацией, проведением упражнений в игровой (образной) форме, использованием элементов соревнования.

Игровой метод, близкий к ведущей деятельности детей дошкольного возраста, наиболее специфичный, а эмоционально-эффективный в работе с ними, учитывающий элементы наглядно-образного и наглядно-действенного мышления. Он дает возможность одновременного совершенствования разнообразных двигательных навыков, самостоятельности действий, быстрой ответной реакции на изменяющиеся условия, проявления творческой инициативы.

Соревновательный метод в процессе обучения детей дошкольного возраста может применяться при условии педагогического руководства. Этот метод используется в целях совершенствования уже приобретенных двигательных навыков.

Основные направления обучения:

Упражнения общей направленности включают: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения при ходьбе на месте и в передвижениях, беге, прыжках, упражнения суставной гимнастики, на растягивание и расслабление мышц, и танцевальные упражнения.

Комплексы физических упражнений общей направленности содействуют развитию мышечной силы (формируют «мышечный корсет»), выносливости, подвижности в различных суставах и других двигательных способностей, то есть решаются задачи общей физической подготовленности занимающихся, а в связи с этим и их физического развития.

Упражнения специальной направленности включают упражнения для формирования и закрепления осанки, профилактики плоскостопия, дыхательную гимнастику, фитбол-гимнастику, степ-аэробику. Комплексы физических упражнений специальной направленности содействуют той функции или системе организма занимающихся, на которую они направлены.

Основной формой проведения является организованная деятельность. В структуру занятий входят три части: подготовительная, основная и заключительная.

3.2. Материально-техническое обеспечение программы

1. Музыкальный центр
2. Аудио-файлы для музыкального оформления занятий
- 3.Гантели
- 4.Диск крутящийся
- 5.Доска гимнастическая
- 6.Дуги деревянные
- 7.Дуги металлические
- 8.Игровой парашют
- 9.Канаты

- 10.Кегли
- 11.Коврики
- 12.Конусы
- 13.Косичка
- 14.Куб деревянный
- 15.Кубики
- 16.Лестница деревянная с зацепами
- 17.Массажная дорожка
- 18.1Мат
- 19.Мешочки для метания
- 20.Модуль мягкий
- 21.Мячи массажные
- 22.Мячи баскетбольные
- 23.Мячи большого размера
- 24.Мячи малые пластмассовые
- 25.Мячи малые резиновые
- 26.Обручи
- 27.Палки гимнастические
- 28.Скакалки
- 29.Скамейки
- 30.Стенка гимнастическая
- 31.Фитболы
- 32.Флажки

3.3. Оценочные и методические материалы

Система педагогического наблюдения (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы.

Реализация Программы предполагает оценку индивидуального развития детей.

Анализ деятельности детей осуществляется в процессе наблюдения за ними.

Способы проверки знаний, умений и навыков детей:

Основной метод педагогической диагностики – систематическое наблюдение проявлений детей, оценки выполнения ими различных заданий.

Цель диагностики; выявление уровня двигательных навыков развития ребёнка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия)

Метод диагностики: наблюдение за детьми в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы. Объект педагогической	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики

диагностики (мониторинга)			
Индивидуальные достижения детей	Наблюдение	2 раза в год	октябрь, май

Мониторинг «Владение навыками двигательной деятельности»

№	Фамилия, имя ребёнка	Показатели									
		Демонстрирует двигательные способности	Выполняет упражнения		Выполняет гимнастические комплексы программы		Выполняет дыхательную, глазную гимнастику, самомассаж, упражнения на релаксацию		Проявляет самостоятельность, творческую инициативу, умеет импровизировать		
			Сент.	Май	Сент.	Май	Сент.	Май	Сент.	Май	Сент.
1.											
2.											
3.											
4.											

В процессе наблюдения за деятельностью детей делается вывод о достижении воспитанниками планируемых результатов (показателей) освоения программы:

3 балла – выполняет самостоятельно при минимальном контроле (помощи) взрослого

2 балла – выполняет самостоятельно, при напоминании взрослого

1 балл – выполняет отдельные движения (элементы) самостоятельно, основные – в совместной со взрослым деятельности

3.4. Учебно-методическое обеспечение программы

1. Алямовская В.Г. «Как воспитать здорового ребёнка». М.; ЛИНКА – ПРЕСС, 1993 год.
2. Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А., Основная общеобразовательная программа дошкольного воспитания «От рождения до школы». М.; Мозаика – Синтез, 2012 год.
3. Воротилкина И.М. «Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ». М.; Издательство НЦ ЭНАС, 2004 год.
4. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления» М.; ЛИНКА – ПРЕСС, 2000 год.
5. Моргунова О.Н. «Профилактика и коррекция плоскостопия в ДОУ» ТЦ «Учитель», 2005 год.
7. Подольская Е.И. «Профилактика плоскостопия и коррекция свода стопы у старших дошкольников». М.; Издательство «Скрипторий 2003», 2009 год.

8. Васильева М.А., Гербова В.В., Комарова Т.С, Программа воспитания и обучения в детском саду. – М.:Мозаика – Синтез. 2005.

9. Гусева Т.А. «Вырастай – ка!»: Гармоническая, спортивная, игровая гимнастика: - Тобольск., 2004.

10. Сулим Е.В. «Занятия по физкультуре в детском саду. Игровой стретчинг» – М, Творческий центр, 2010г

11. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет.

12.Программа «Играйте на здоровье» и технологии ее применения в ДОУ. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004. – 112 с.

Литература, рекомендуемая для детей и родителей:

1. «Медицинское обслуживание и питание в ДОУ».Издательский дом МЦФЭР, 2006 год.
2. Научно – практические журналы «Здоровье дошкольника». ООО Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2008 – 20015 год
3. Казина, О. Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы: моногр. / О.Б. Казина. - М.: ВКТ, Академия Развития, 2008. - 144 с.
4. Как расти здоровым. Развивающая игра-лото. 4-7 лет. - М.: ИП Бурдина С. В., 2016. - 599 с.
5. Ковалева, Анна Академия солнечных зайчиков. Хочу быть здоровым. Развивающие задания и игра для детей 5-6 лет / Анна Ковалева. - М.: Сфера, 2016. - 229 с.
6. Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет. - М.: Учитель, 2011. - 136 с.

Электронные образовательные ресурсы:

- 1.<https://www.gto.ru/norms>.
- 2.<http://www.fizkult-ura.ru/>.
7. <http://sportrules.boom.ru/>