Управление образования администрации города Тулы
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества» (МБУДО ЦДТ)

Программа принята на заседании
Педагогического совета МБУДО ЦДТ
Протокол от 31.08 20 23 г. № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО ЦДТ
_____ Заборонок В.Д.
Приказ от 01.09 20 23 г. № 107-а

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волшебный калейдоскоп»

(развивающий модуль)

Направленность: социально-гуманитарная
Уровень: стартовый
Возраст обучающихся: 5-6 лет
Срок реализации: 1 год

Авторы-составители:
педагог дополнительного образования
Нетунахина Виктория Алексеевна
педагог дополнительного образования
Айзатова Надежда Абдулловна

Тула, 2023 г.

Внутренняя экспертиза проведена.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волшебный калейдоскоп» рекомендована к рассмотрению на заседании педагогического совета МБУДО ЦДТ.

Заместитель директора Л.В. Федорова

26.05 20 23 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая комплексная программа «Волшебный калейдоскоп»

Общие сведения

Общая направленность программы: социально-гуманитарная

Основной целью организации работы с дошкольниками является их всестороннее развитие, приобщение к миру общечеловеческих ценностей. Дошкольный возраст это время установления первых отношений с людьми, приобретения первых навыков в различных видах деятельности, позволяющее им в дальнейшем успешно социализироваться. В основу комплексной программы были положены дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы стартового уровня художественной направленности - «Маленький скульптор» и физкультурно-спортивной направленности - «Шейп-Юни для начинающих», которые в комплексе на фоне приобщения, обучающихся к эстетическим и оздоровительным ценностям способствуют развитию у дошкольников и их физических качеств.

Актуальность программы и педагогическая целесообразность

Актуальность программы заключается в том, что дошкольное воспитание и образование детей является важным звеном общей системы образования. Этот процесс реализуется через систему дополнительного образования, отвечает постоянно существующему запросу родителей, поскольку предоставляет широкую возможность разностороннего развития ребёнка, в том числе эстетического, художественного, оздоровительного, физкультурно-спортивного *(волевые качества, познавательная активность, творческие способности),* что является фундаментом для дальнейшего развития и освоения нового материала.

Педагогическая целесообразность

Программа является развивающей, направленной на раскрытие интеллектуально-личностного потенциала детей дошкольного возраста, формирование и развитие их социально-психологических, художественных и трудовых умений и навыков, совершенствование движений, повышение уровня здоровья. Предметные области –художественная, связанное с основами композиционной лепки, физкультурно-спортивная.

Отличительная особенность и новизна

Отличительная особенность данной программы заключается в том, что она является начальным звеном непрерывного курса познавательного

развития для дошкольников, который продолжается на этапе реализации программы по разностороннему развитию.

Новизна программы состоит в согласованном развитии интеллектуальной и эмоциональной сфер дошкольника, в его освоении оздоровительных методов и приёмов, приобретении первых навыков ручного труда, что в комплексе и единстве ведет к гармоничному развитию личности в целом.

Уровень: стартовый.

Адресат программы: обучающиеся в возрасте 5 лет.

Принципы реализации программы

В основе данной программы лежат следующие **принципы:**

- ✓ *развития,* предполагающий выделение в процессе развивающей работы тех задач, которые находятся в зоне ближайшего развития ребенка.
- ✓ *междисциплинарного подхода,* предполагающий взаимосвязь таких специалистов как педагог-психолог, педагог дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности и декоративно-прикладному творчеству, а также тесное взаимодействие с родителями.
- ✓ *последовательности и концентричности* усвоения знаний, предполагающий такой подбор материала, когда между составными частями его существует логическая связь, последующие задания опираются на предыдущие.
- ✓ *любви и уважения* к ребёнку как активному субъекту воспитания и развития и достойного гражданина соей страны;
- ✓ *сохранения и укрепления здоровья ребёнка* как наиважнейшей ценности каждого человека;
- ✓ *сочетания* педагогического руководства с развитием активности, самостоятельности и инициативы обучающихся;
- ✓ *доступности* на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей, обучающегося как важного условия усвоения материала;
- ✓ *свободного самоопределения* и самореализации
- ✓ *деятельностного обучения,* основывающегося на практической значимости, которая способствует активизации обучающихся детей.

Структура программы

Программа «Волшебный калейдоскоп», являясь комплексной, объединяет два основных раздела: «Маленький скульптор» художественной направленности и «Шейпинг для начинающих» физкультурно-спортивной направленности, реализуемые педагогами дополнительного образования.

Формы организации деятельности: групповая.

Сроки реализации программы: один год.

Объём и продолжительность программы: вся программа рассчитана на 72 часа, в том числе по разделам: «Маленький скульптор» - 36 часов, «Шейпинг для начинающих» - 36 часов.

Режим занятий: продолжительность одного академического часа – 30 минчто соответствует действующим нормам СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Общее количество часов в неделю: 2 часа (*по часу на каждый раздел*)

Организационное обеспечение:

- условия набора в объединение: принимаются все желающие в возрасте пяти лет *(допускается приглашение родителей на некоторые занятия)*;
- необходимые документы для зачисления: заявление, договор, анкета;
- условия формирования групп: одновозрастные группы;
- состав группы: не более 12 обучающихся;

место проведения занятий: муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества».

Список используемой литературы:

Нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» на 2018–2025 годы»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.11.2014 № 2403-р «Об утверждении Основ государственной молодежной политики РФ на период до 2025 года»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (рассматривается только как методические рекомендации);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»
- СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";
- Постановление правительства Тульской области от 01.02.2019 № 39 «Об утверждении Государственной программы Тульской области «Развитие образования Тульской области»;
- Постановление администрации города Тулы от 29.04.2022 № 268 «Об утверждении административного регламента предоставления муниципальной услуги «Запись на обучение по дополнительным общеразвивающим программам».

Локальные акты МБУДО ЦДТ:

- Устав МБУДО ЦДТ;
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся;

- Положение о правилах приёма граждан в МБУДО ЦДТ на обучение по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, рабочей программе, календарном учебном графике педагогических работников МБУДО ЦДТ.

Раздел «Маленький скульптор»

Актуальность. Художественная деятельность, т.е. создание произведений пластического искусства, связана с процессами восприятия, познания. Пластика – наиболее эмоциональная сфера деятельности дошкольника. Работа с различными материалами расширяет круг возможностей ребенка, развивает пространственное воображение, познавательную и творческую активность детей, расширяет **траектории развития личности, сохраняя свою индивидуальность.**

Материал раздела обеспечивает решение таких актуальных для данного возраста задач, как развитие мелкой моторики рук, чувства восприятия *(цвета, формы, размера, фактуры предметов);* тренировки внимания и произвольности при выполнении заданий; формирование опыта общения и творческого взаимодействия в детском коллективе.

Педагогическая целесообразность раздела заключается во влиянии эстетического развития на укрепление психоэмоционального здоровья детей, их адаптации к окружающему социуму, мотивации к познанию через занятия художественным творчеством.

Материал раздела построен с учётом следующих условий, необходимых для развития творческих способностей детей:

первое условие - начало занятий лепкой с пятилетнего возраста;

второе условие - создание условий опережающего развития, стимулирующих разнообразную творческую деятельность;

третье условие - выполнение заданий, обеспечивающих самостоятельный подъём обучающимся по ступенькам творческого мышления от рождения замысла до его реализации;

четвёртое условие – обеспечение разнообразия содержания занятий и создание на них творческой атмосферы;

пятое условие – оказание педагогом в доброжелательной форме ненавязчивой помощи ребёнку, что стимулирует развитие его творческих способностей.

Отличительные особенности состоят в индивидуальном подходе в работе с каждым ребёнком и постепенном преподнесении данного материала, что с раннего детства формирует творческую личность, обладающую богатым воображением, стремящуюся к самовыражению, а не к механическому стереотипу выполнения заданий. Постепенная нагрузка и усложнение заданий исключает утомление дошкольников и способствует формированию важных психических функций с помощью средств изобразительного искусства.

Ребенок, погружаясь в мир цвета и пластики, совершенствует свое мастерство, добивается ситуации успеха и признания своего творчества.

Новизна программы. Раннее приобщение детей к декоративно-прикладному творчеству формирует их мировоззрение, нравственную позицию, развивает эстетическое восприятие деятельности на протяжении всей дальнейшей жизни.

Содержание раздела «Маленький скульптор», погружая дошкольников в мир лепки, знакомит с основами декоративно-прикладного творчества.

Цель: реализация индивидуального подхода при изучении детьми окружающего мира и формирование творческой личности через обучение дошкольников основам композиционной лепки.

Задачи:

обучающие:

- обучить умениям и навыкам лепки;
- научить работе с различным материалом;

развивающие:

- развить

-зрительное восприятие, образное мышление, пространственное мышление.

-мелкую моторику рук, координацию движений и ориентацию в пространстве.

воспитательные:

<u>сформировать</u>

-интерес к живописи, декоративно-прикладному искусству;

-любовь к Родине и чувство патриотизма.

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю по одному академическому часу (30минут).

Формы занятий:

- традиционные - беседа; практикум; конкурс; выставка творческих работ;
- основанные на занимательных методах - игра, сказка, викторина

Методы обучения

- **по источнику информации:**

- словесные *(объяснение, рассказ, беседа,)*;
- формирования познавательных интересов *(побуждение положительных эмоций, удивления, занимательности);*
- наглядные *(показ натурного материала);*
- практической работы *(выполнение лепных изделий и т.п.);*

- **по степени самостоятельности и активности познавательной деятельности обучающихся:**

- репродуктивный *(передача и запоминание информации)*
- объяснительно-иллюстративный;
- эмоционально-образного восприятия;
- поисково-исследовательский (*выбор и поиск приёмов, создания творческих работ*);
- контроля и самоконтроля;
- самостоятельный *(выполнение упражнений, творческих работ и заданий*).

Прогнозируемый результат

В результате освоения материала у обучающихся сформируются:

-**личностные качества** - интерес к живописи, декоративно-прикладному искусству; любовь к Родине и чувство патриотизма;

-метапредметные достижения - зрительное восприятие, образное и пространственное мышление, мелкая моторика рук, координация движений и ориентация в пространстве, индивидуальный подход в решении творческих задач; инициативность и самостоятельность;

-**предметные результаты** - владение умениями и навыками рисования и лепки; знание **специальной терминологии и** различных техник при работе с материалом; наличие представления о профессии художника.

В результате реализации раздела «Маленький скульптор» ребёнок приобретает определённый уровень владения правилами изобразительной грамоты.

Способы и формы отслеживания освоения материала раздела

Отслеживание освоения материала осуществляются в виде текущего и промежуточного контроля и итоговой аттестации:

- текущий контроль осуществляется регулярно вовремя занятий для выявление ошибок и успехов в работах обучающихся в форме наблюдения, оценки учебных работ;
- промежуточный контроль - в середине учебного года для проверки уровня освоения детьми материала за полугодие в форме устного фронтального опроса по отдельным темам пройденного материала;
- итоговая аттестация проводится в конце учебного года для определения уровня знаний, умений, навыков по освоению материала раздела в форме открытых и обобщающих занятий, участия в выставках и конкурсах.

Такая система контроля и оценки детских достижений дает возможность проследить развитие каждого ребенка, создавая условия для их дальнейшего развития с учетом их возможностей, способностей и потребностей**.**

Учебный план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ, ПДД, ППБ, антитеррористической деятельности	1	1		Опрос
2	Приемы лепки и лепка простых форм	12	1,2	10,8	Оценивание изделия
3	Лепка сложных рельефов и объемов	11	1,9	9,1	Оценивание изделия
4	Лепка сюжетных композиций	6	0,6	5,4	Оценивание изделия
5	Цветовое решение работ	6	0,6	5,4	Оценивание изделия
	Итого:	36	6,3	29,7	

Содержание раздела

1. Вводное занятие - 2 час.

Теория -1 час.

Цели и задачи обучения. Правила поведения в мастерской. Инструменты и оборудование. Организация рабочего места.

Беседа о лепке. История лепки. Значение археологических находок в изучении культуры и истории народа. Инструктаж по ТБ, ПБПБ, ПДД.

2. Приемы лепки и лепка простых форм – 12ч.

*Теория – **1,2 часа.***

Беседы по изучаемым темам, и теория работы с материалом. Знакомство с понятиями: «Геометрические фигуры» - (круг, овал, квадрат, прямоугольник); «Объем» (шар, конус, куб, цилиндр); «Рельеф»;

«Вертикаль»; «Горизонталь»; «Техника жгута»; «Материальность»; «Объемная пластика»; «Характер»; «Движение».

Практика – 10,8 часа.

Приемы лепки на примере простых форм: шар, цилиндр, овал, конус. Лепка основ рельефа прямоугольной, квадратной, круглой, овальной формы. Лепка: яблока, груши, моркови и т.д.

Выполнение упражнений: «Лепка основ в форме геометрических фигур», «Лепка объемных геометрических фигур», «Солнышко в квадрате», «Цветок в прямоугольнике», «Букет в круге», «Рыбка в овале», «Рельеф», «Сидящий котик», «Котик», «Котик в круге», «Стакан»

Выполнение лепных работ: «Фрукты» (лепка простых объемов); «Овощи» (лепка простых объемов); «Ваза» (техника жгута); «Корзинка с грибами» (техника жгута); «Корзинка с ягодами» (техника жгута); «Ласковый котик» (объемная пластика); «Прыгающий котик» (объемная пластика); «Ежик».

Выполнение творческих работ: «Солнышко» (объем); «Птица» (рельеф); «Овощи» (рельеф); «Кот» (рельеф).

3. Лепка сложных рельефов и объемов – 11 час.

Теория – 1,9 час.

Беседы по изучаемым темам.

Знакомство с понятиями: «техника вытягивания»; «техника пласта»; «стилизация»; «аллегория»; «декорирование»; «объем»; «рельеф»; «образ»; «портрет».

Практика – 9,1 ч.

Ставятся задачи на понятия: «объем», «декоративность», «законченность композиции», «отбор деталей», «объемная композиция», «силуэты», «аллегория», «обобщенность».

Выполнение эскизов с поиском композиционного решения (постановка задач на развитие пространственно-образного мышления): «Лепка основ в форме геометрических фигур»; «Лепка объемных геометрических фигур»; «Солнышко в квадрате»; «Цветок в прямоугольнике»; «Букет в круге»; «Рыбка в овале»; «Рельеф»; «Сидящий котик»; «Котик»; «Котик в круге»; «Стакан».

Выполнение лепных работ:

- ✓ в технике простых объёмов - «Фрукты»; «Овощи»;
- ✓ в технике жгута - «Ваза»; «Корзинка с грибами»; «Корзинка с ягодами»;
- ✓ в технике объёмной пластики - «Ласковый котик»; «Прыгающий котик»; «Ежик».

Выполнение творческих работ: «Колокольчик» (объем); «Ёлка» (рельеф).

4. Лепка сюжетных композиций - 6 часов

Теория: – 0,6 часа

Беседы по изучаемым темам. Знакомство с понятиями: «Сюжет»; «Масштабность». Тематические беседы: «Сказки А.С. Пушкина»

Практика — 5,4 ч.

Выполнение творческих работ: композиция – тарелка «Мой город»; объёмная композиция по сказке «Золотая рыбка»; рельеф «У лукоморья дуб зелёный»

5. Цветовое решение работ – 6 часа

Теория: ***0,6 часа***

Беседа по цветоведению, беседы по предлагаемому цветовому решению раскрашиваемых работ. Знакомство с понятиями: «Эскиз»; «Локальный цвет»; «Цветовой ритм»; «Цветовое решение»

Практика: 5,4 часа

Работа по эскизам с готовыми работами в материале. Роспись рельефов Выполнение творческих работ: «Птичка» (объем); «Птица» (рельеф); «Рыбка», «Снеговик». «Портрет друга», «Портрет мамы».

К концу освоения материала раздела обучающийся должен:

знать

- правила техники безопасности;
- оборудование рабочего места, материалы, инструменты, приспособления для работы;
- свойства и особенности материала;
- способы лепки;
- понятия: «Силуэт», «Объем», «Выразительность»;
- способы декорирования изделий;
- историю лепки.

уметь

- следовать правилам ТБ;
- пользоваться инструментами и приспособлениями;
- лепить предметы простой и сложной формы;
- приобрести навыки:
- лепки из пасты для моделирования;
- соединения элементов изделия из пасты для моделирования;
- владеть несложными приёмами лепки.

Условия реализации раздела «Маленький скульптор»

Методическое обеспечение

- *наглядные средства обучения*: комплект таблиц по цветоведению; таблицы по светотеневому расположению на предметах; самодельные таблицы и плакаты по программе;
- *натурный фонд:* коллекция авторских работ преподавателя; набор лучших детских работ.

Материально-техническое обеспечение:

- *оборудование:* рабочие столы, доски для лепки;
- *материалы*: паста для моделирования.

Электронные образовательные ресурсы

https://www.livemaster.ru/masterclasses	Ярмарка Мастеров
https://www.maam.ru/obrazovanie/detskie-podelki	Маам. Поделки с детьми
https://sadpodelok.ru/	Сад поделок
https://www.youtube.com/playlist?list=PLyOIwgNcmYUdj4ezOAtX9kYiLzUAC-8CS	Мастерская — С добрым утром, малыши! — #СОЗДАЁМ#ДОМАВМЕСТЕ
https://www.youtube.com/playlist?list=PLKx3MIN7BazZ5hrDAkHU5qhErI02i370_	HandMande/блок Василия Баранова
https://www.youtube.com/user/abiztp	Любимый урок. Мастер-классы по рукоделию
https://www.youtube.com/channel/UCDFwLDgD21KL4BhGHmqPsNQ	Хочу творить

Литература для педагога

1. Доронова Т. Н., Якобсон С. Г. — Обучение детей 2-4 лет рисованию, лепке, аппликации в игре. — М.: Просвещение, 1992.
2. Коссаковская Е. А. — Лепка в детском саду: пособие для воспитателей. — Учпедгиз, 1961.
3. Халезова Н. Б., Курочкина Н. А., Пантюхина Г. В. —Лепка в детском саду. Особенность лепки в детском саду. — М.: Просвещение, 1986.
4. Халезова Н.Б. Народная пластика и декоративная лепка в детском саду — М.: Просвещение, 1984.

Литература для обучающихся и родителей

1. Грибовская А. А., Халезова-Зацепина М. Б.,— Лепка в детском саду для детей 4-5 лет.
2. Перевертень Г. И. — Поделки из шишек. — М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2007. — (Поделки своими руками).
3. Халезова-Зацепина М. Б., Грибовская А. А.,, — Лепка в детском саду. Альбом для детского художественного творчества для де тей 5-7 лет. — Сфера, 2015.

Приложение

Контрольно-оценочные средства

1. Критерии оценки результативности

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

- осмысленность и свобода использования терминологии.

Критерии оценки уровня практической подготовки:

- развитые практические навыки работы;
- качественное выполнение практического задания;
- добровольное участие в выставках, ярмарках и других мероприятиях.

2. Контрольно-измерительные средства

П О К А З АТ Е Л И	**И Н Д И К А Т О Р Ы**		
	Минимальный	**Продвинутый**	**Повышенный**
	5-6 баллов	**7-8 баллов**	**9-10 баллов**
Умение выполнять основные операции с различными материалами	Задания выполняются при участии педагога и допускается 6-8 ошибок, что соответствует 30 до 49 процентам. Во время работы у обучающегося проявляется неаккуратность и невнимательность.	Задания выполняются с некоторыми трудностями и допускаются 3-5 ошибок, что соответствует 50 до 69 процентам. Допускаются неточности в процессе работы и лёгкая небрежность.	Допускаются небольшие погрешности при выполнении задания, что соответствует 70 и более %. Учитывается уровень аккуратности и владение необходимыми навыками.

Минимальный уровень –5-6 баллов (соответствует 30-49 % выполнения)
Продвинутый уровень –7-8 баллов (соответствует 50-69 % выполнения)
Повышенный уровень –9-10 баллов (соответствует 70 и более %)

Раздел «Шейпинг для начинающих»

Актуальность и педагогическая целесообразность

Актуальность. В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Достичь необходимого уровня интеллектуально-познавательного развития может только здоровый ребёнок, чему способствует формирование мотивации к занятиям физическими упражнениями, в том числе к занятиям физической культуры. Одним из таких эффективных путей являются занятия раздела «Шейп-Юни для начинающих». Материал раздела имеет оздоровительный характер и, развивая двигательную активность детей обеспечивает бодрость и энергичную деятельность в течение всего дня, облегчая как физические, так и интеллектуальные нагрузки.

Педагогическая целесообразность данного раздела заключается в систематическом применении продолжительных, умеренных по интенсивности упражнений с регулируемой физической нагрузкой, способствующих укреплению здоровья детей с учётом индивидуальных особенностей. Такая нагрузка является связующим звеном между развитием координационных способностей и функциональных сил организма у детей дошкольного возраста и, как следствие, влияет на укрепление растущего организма.

Физкультурно-оздоровительные занятия в рамках данного раздела ориентированы на формирование у обучающихся к стремлению здорового образа жизни и самосовершенствованию.

Развитие в этом направлении делает физическую культуру средством непрерывного совершенствования личности ребёнка с раннего возраста. Дошкольники регулярно получают необходимые теоретические сведения, которые формируют у них сознательное отношение к собственным занятиям, а также к самому себе, своему телу и своему здоровью.

На каждом занятии решаются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи. Для успешной реализации материала анализируются и подбираются те упражнения, связки, которые соответствуют обозначенным в разделе задачам.

Отличительная особенность. Материал раздела отличается тем, что занятия объединяют несколько видов оздоровительных систем: аэробика, шейпинг, фитнес, гимнастика.

Помимо этого, занятия сопровождаются приятным музыкальным фоном, сочетающим в себе ритм, мелодичность, позитивный

эмоциональный настрой, танцевальный стиль, что делает их достаточно привлекательными.

Цель раздела: создание условий для укрепления здоровья, развития и совершенствования физических, интеллектуальных и нравственных качеств ребёнка через реализацию комплекса оздоровительных систем.

Задачи:

обучающие

- формировать знания и умения по предмету;
- обучать
  - ✓ двигательным умениям и навыкам,
  - ✓ правильному дыханию;

развивающие

- развивать двигательные способности;
- формировать и совершенствовать мышечный тонус;

воспитательные

- воспитать потребность
  - ✓ в самостоятельных занятиях по развитию двигательной активности и их применение во время отдыха, тренировок;
  - ✓ в соблюдении здорового образа жизни и правильном питании;
- повышать работоспособность и укреплять здоровье;
- содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств;
- формировать культуру здоровья и безопасного образа жизни.

Сроки реализации раздела и продолжительность: один год, полный объём - 36 часов.

Режим занятий: 1 раз в неделю, продолжительность занятий один академический час *(30 минут)*.

Форма организации деятельности детей: *групповая*.

Форма занятий: практическая, которая состоит из 3 частей:

- вводной, обеспечивающей постепенное включение организма в основную деятельность;
- основной, самой большой по объёму и значимости, способствующей поддержанию уровня работоспособности в соответствии с поставленными задачами занятия и включающей теоретический материал;
- заключительной, нормализующей функциональное состояние для последующих занятий или отдыха.

Методы обучения

по источнику информации:

- словесный *(объяснение, рассказ, беседа);*
- демонстрационный *(показ физических упражнений);*

по степени самостоятельности и активности познавательной деятельности обучающихся:

- практической работы *(выполнение физических упражнений);*
- репродуктивный *(передача и запоминание информации);*
- игровой *(с преобладанием динамических игр).*

Прогнозируемые результаты

Достижение каждым обучающимся

- личностные качества:

наличие

- потребности в самостоятельных занятиях по развитию двигательной активности и их применение во время отдыха, тренировки;
- работоспособности и соответствующего уровня здоровья;
- нравственных и волевых качеств;
- потребности в соблюдении здорового образа жизни и правильном питании;
- культуры здоровья и безопасного образа жизни;

- метапредметные достиженния:

наличие

- соответствующего возрасту уровня двигательных способностей;
- сформированного мышечного тонуса;

- предметные результаты**:**

владение

- знаниями и умениями по предмету;
- двигательными умениями и навыками;
- правильным дыханием.

Способы и формы отслеживания освоения раздела:

Отслеживание освоения материала раздела осуществляются в виде текущего и промежуточного контроля и итоговой аттестации:

- текущий контроль осуществляется регулярно во время занятий *(наблюдение)*;
- промежуточный контроль в середине учебного года *(контрольно-проверочные задания);*
- итоговая аттестация проводится в конце обучения по данному разделу с целью выявления уровня освоения всего материала *(контрольно-проверочные задания).*

Учебный план

№ п/п	Название подраздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	0,5	0,5	1	Наблюдение
2	Комплекс ОРУ	0,5	4,5	5	Комплекс ОРУ
3	Комплекс ОВД	1	14	15	Комплекс контрольно-проверочных упражнений по ритмической гимнастике под песню «Вместе весело шагать»
4	Оздоровительные и дыхательные упражнения	0,25	5,75	6	Комплекс дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и М. Лазарева
5	Подвижные игры и эстафеты		5	5	Итоговая эстафета
6	Профориентация	0,5	1,5	2	Тематическая беседа по ознакомлению детей с профессиональной деятельностью представителей социальных сфер и ролевые игры
7	Итоговое занятие		2	2	Контрольно-проверочные задания
	Итого	**2,75**	**33,25**	**36**	

Содержание раздела программы

Подраздел 1. Вводное занятие -1 час.

Теория-0,5часа.

Знакомство с детьми, задачами и содержанием работы объединения.

Инструктаж по ТБ, ПБДД, ППБ, антитеррористической деятельности.

Презентация-викторина на тему «Правила дорожного движения».

Практика-0,5 часа.

Коммуникативная игра «Здравствуй».

Подраздел 2. Комплекс ОРУ-5 часов.

Теория-0,5 часа.

Сущность и причины возникновения физического воспитания в обществе.

Техника выполнения строевых упражнений и ОРУ.

Практика-4,5 часа.

Выполнение комплекса строевых, развивающих, общеукрепляющих упражнений:

- «На старт, внимание, марш!» *(разминка: бег и беговые упражнения, подскоки)*;
- «Головокружительное упражнение»;
- «Утюжок»;
- «Тянем-потянем»;
- «Шлем поклон»;
- «99 зайцев»;
- «Финиш» *(различные виды ходьбы на месте и в движении).*

Подраздел 3. Комплекс ОВД-15 часов.

Теория-1 час.

Общее представление о ОВД и назначении этих упражнений. Ознакомление детей с понятием осанка. Презентация на тему: «Осанка». Знакомство детей о происхождении слова «Мяч».

Практика – 14 часов.

Комплекс ОВД специальных упражнений для коррекции и профилактики осанки:

- вытяжка шеи;
- повороты головы;
- потряхивание;
- полуприсед;
- подъем на носки;
- зеркало;
- вытяжка руки;
- приседание;
- походка, разложенная по частям;
- прохлопывание.

Комплекс упражнений «Мой веселый, звонкий мяч».

Комплекс ритмической гимнастики под песню «Вместе весело шагать».

Специальные упражнения для мышц: шеи, рук, спины, ног.

Подраздел 4. Оздоровительные и дыхательные упражнения-6 часов.

Теория-0,25часа.

Правила выполнения дыхания по методу А. Стрельниковой и звуковому дыханию по М. Лазареву.

Практика-5,75 часа.

Выполнение упражнений для развития дыхания по А. Стрельниковой. Комплекс звукового дыхания по М Лазареву.

Релаксация под звучание спокойной музыки.

Подраздел 5. Подвижные игры и эстафеты -5 часов.

Практика-5 часов.

Игры и эстафеты на внимание, развитие подвижности и ориентации в зале: «Мяу», «Лягушки», «День и ночь», «Кошки и мышки», «Мышеловка», «Зайцы и волк», «Рыбак». Эстафеты встречные и круговые, с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской расстановкой и собиранием предметов. Метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом: «Кузнечик», «Гусеница», «Двойки», «Гуси», «Приставка».

Подраздел 6. Профориентация-2 часа.

Теория-0,5 часа.

Беседа по ознакомлению детей с профессиональной деятельностью представителей социальных сфер.

Практика-1,5часа.

Игры по профориентации «Что я знаю о профессиях», военно-спортивная игра «Зарница», эстафета «Мир профессий».

Подраздел 7. Итоговое занятие-2 часа.

Практика-2 часа.

Подведение итогов выполнения содержательной части программы, анализ личных достижений обучающихся.

Планируемые результаты освоения материала раздела

Обучающиеся должны знать:

- основные требования по ТБ;
- основные позиции рук, ног, головы.

Обучающиеся должны уметь

выполнять:

- упражнения на координацию корпуса, рук, ног, головы;
- комплекс упражнений «Мой веселый, звонкий мяч»;
- комплекс специальных упражнений для коррекции и профилактики осанки;
- комплекс ритмической гимнастики под песню «Вместе весело шагать».
- уметь общаться в коллективе, проявлять творческую инициативу.

Условия реализации раздела программы

Методическое обеспечение:

- дидактический материал *(наглядно-дидактическое пособие «Летние виды спорта», «Зимние виды спорта», спортивно-развивающие игры)*;
- наглядный материал *(плакаты на тему ЗОЖ, режим дня, олимпийская символика, Российский герб)*;
- техническое оснащение *(магнитофон, ноутбук, аудио и видеодиски)*.

Мультимедийные пособия к подразделу:

№ п/п	*Тема*	*Медиаматериал*
1	Знакомство с задачами и содержанием работы объединения. Инструктаж по ТБ, ПДД, ППБ, антитеррористической деятельности. Коммуникативная игра «Здравствуй».	Презентация «Правила дорожного движения»
2	Общее представление о ОВД и назначении этих упражнений. Ознакомление детей с понятием осанка.	Презентация на тему: «Осанка».

Материально-техническое обеспечение

- оборудование *(рабочий стол педагога, шкаф для хранения спортивного инвентаря, зеркала)*;
- спортивный инвентарь *(коврики, гантели, мячи, скакалки, конусы, обручи, кегли, набор ракеток, «колцеброс»)*.

Противопоказания к освоению раздела программы:

- тяжелые формы задержки психического развития;
- умственная отсталость;
- выраженные проявления агрессивного поведения.

При зачислении обучающихся на данную программу необходимо наличие медицинского заключения *(справка)* об отсутствии противопоказаний к занятиям спортом.

Электронные образовательные ресурсы:

http://dopedu.ru/	Дополнительное образование
http://dop-obrazovanie.com/	Внешкольник. РФ
http://www.it-n.ru/	Сеть творческих учителей

http://www.pedlib.ru/	Педагогическая библиотека
http://festival.1september.ru/	Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»
ttp://prokinana.narod.ru/	Портфолио учителя – создаём портфолио и сайт учителя

Список использованной литературы

Литература для педагога:

1. Агапова И. А. Подвижные игры для дошкольников М.: АРКТИ, 2010.
2. Бабенкова Е.А. Как сделать осанку красивой, а походку легкой. М.: Сфера, 2012.
3. Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г., Сергиенко Н.Н. Занятия по физкультуре с детьми. М.: Сфера, 2012.
4. Демидова В.Е., Сундукова А.Х. Здоровый педагог - здоровый ребенок М.: Цветной мир, 2013.
5. Желобкин Е.Ф. Физкультурные занятия. М.: Скрипторий, 2010.
6. Казина О.Б. Физическая культура. Ярославль: Академия развития, 2011.
7. Картушина М.Ю. Оздоровительные занятия с детьми 5-6 лет М.: Сфера, 2010.
8. Карпей Э. Энциклопедия фитнеса. М.: Фаир-пресс, 2013.
9. Кириллова Ю.А. Сценарии физкультурных досугов и спортивных праздников. Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2012.
10. Крючок Е.С. Шейпинг – содержание и методика оздоровительных занятий. М.: Терра-Спор. Олимпия Пресс, 2011.
11. Патрикеев Л.Ю. Поурочные разработки по физической культуре, К УМК В. И. Ляха *(«Школа России»)*, М.: Вако, 2013.
12. Прохоровцев И.В. Современная шейпинг-парадигма. М.: Авангард, 2010
13. Прохоровцев И.В., Сергеев Е.В. Шейпинг-питание. М.: Авангард, 2010.
14. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М.: Академия, 2013.

Литература для обучающихся и родителей:

1. Аксельрод Е. Ты устал, велосипед? На том берегу: [стихи]; нарисовала Елена Белоусова // Кукумбер: литературно-иллюстрированный журнал для детей. М. 2010. №3- С.49.
2. Алленова Е. «Зимние забавы»: [картины художников на темы зимы и зимних забав - катания на санках, коньках] / Екатерина Алленова // Мурзилка: ежемесячный литературно-художественный журнал для детей

младшего школьного возраста. М. 2010. №12 . С. 17. *(Галерея искусств Мурзилки)*.

3. Берестов В.Д. Лыжный след: [стихотворение] / Валентин Берестов; нарисовала Ольга Демидова // Кукумбер: литературно-иллюстрированный журнал для детей. М. 2011№10. С. 10.
4. Вейцман М., Кравцов М. Гимнастика; Чемпион: [стихи] / Марк Вейцман; нарисовала Юлия Родионова // Кукумбер: литературно-иллюстрированный журнал для детей. М. 2010. №6. С. 25.
5. Зайцев Г.К. Уроки Айболита: расти здоровым / Г.К. Зайцев. СПб.: Детство-Пресс, 2010. 40 С.: ил.
6. Марзан Н. Как папа привёл Женюрку в спорт: [рассказ] / Никита Марзан; нарисовала Лариса Рябинина // Кукумбер: литературно-иллюстрированный журнал для детей. М. 2010. №3. С. 48-52. 191 с.: ил.
7. Носов Н.Н. Наш каток: [рассказ] // Носов Н.Н., Носов И.П. Все рассказы и повести. М: Дрофа-Плюс. 2010. С. 80.

Приложение

Контрольно-оценочные средства и проверочные задания промежуточного и итогового контроля

П О К А З А - Т Е Л И	**И Н Д И К А Т О Р Ы**		
	Повышенный	**Продвинутый**	**Минимальный**
	10-9	**8-7**	**6-5**
Умение выполнять комплекс специальных упражнений для коррекции и профилактики осанки	Упражнения выполняются без ошибок чётко, легко, уверенно. Допускаются небольшие погрешности.	Упражнения выполняются с некоторым напряжением, недостаточно уверенно, допускаются 2-3 ошибки.	Упражнения выполняются, но с большим напряжением, допущено 4-5 ошибок.

Повышенный уровень – не менее 9 баллов
Продвинутый уровень – не менее 7 баллов
Минимальный уровень – не менее 5 баллов

Комплекс специальных упражнений для коррекции и профилактики осанки

<u>Вытяжка шеи</u>
И.П.-широкая стойка
1-наклон назад
2-макушкой дотянуться до потолка, плечи опущены
3.4-тоже.

<u>Повороты головы</u>
И.П.-широкая стойка
1-поворот головы вправо
2-И.П.
3-поворот головы влево
4-И.П.

<u>Потряхивание</u>
И.П.- широкая стойка
1-приподняться на носках, таз подать вперед
2-И.П.
3.4-тоже.

Полуприсед
И.П.-широкая стойка
1-полуприсед колени в стороны
2-И.П.
3.4-тоже.
Подъем на носки
И.П.-широкая стойка
1-наклон назад на пятках, таз назад
2-на носки, руки за голову, таз вперед
3.4-тоже.
Зеркало
И.П.-широкая стойка, руки перед собой
1-наклон - поворот, таз вправо, руки и ноги в И.П.
2-наклон-поворот, таз влево
3.4-тоже.
Вытяжка руки
И.П-правая задняя нога под углом 45
1- правая рука вверх по дуге, взгляд провожает руку
2-И.П.
3-левая рука вверх по дуге
3.4-тоже.
Приседание
И.П-правая нога под углом 45 приставляется к пальцам задней ноги
1 – присед
2 – И.П.
3.4-тоже.
Походка, разложенная по частям
И.П.-О.С. правая на носок, таз вперед
1-упасть на пятку, левая на носок
2-упасть на пятку, правая на носок, шаг мелкий
3.4-тоже.
Прохлопывание
И.П.-широкая стойка, руки расслаблены, прохлопываем изнутри ноги снизу, переходим на левую руку изнутри, снаружи, затем правая рука, грудь, спина.

П О К А З А - Т Е Л И	И Н Д И К А Т О Р Ы		
	Повышенный	**Продвинутый**	**Минимальный**
	10-9	**8-7**	**6-5**
Умение выполнять комплекс ритмической гимнастики под песню «Вместе весело шагать»	Упражнения выполняются без ошибок чётко, легко, уверенно. Допускаются небольшие погрешности.	Упражнения выполняются с некоторым напряжением, недостаточно уверенно, допускаются 2-3 ошибки.	Упражнения выполняются, но с большим напряжением, допущено 4-5 ошибок.

Повышенный уровень – не менее 9 баллов

Продвинутый уровень – не менее 7 баллов

Минимальный уровень – не менее 5 баллов

Комплекс ритмической гимнастики под песню «Вместе весело шагать»

Вступление. Идут на месте.

Припев. Маршируют по кругу друг за другом.

1- й куплет. 1-й такт - руки в стороны; 2-й такт - руки вверх; 3-й такт - руки перед собой; 4-й такт - опустить руки вниз. Повторить 4 раза.

Припев. Поскоки по кругу.

2- й куплет. И.П. - руки на поясе, ноги слегка расставлены. 1-й такт - поворот туловища направо, разводя руки в стороны; 2-й такт -вернуться в И.П.;3-4-й такты - те же движения влево. Повторить 4 раза.

Припев. Боковой галоп по кругу.

3- й куплет. И.П. - руки на поясе, ноги на ширине плеч. 1-й такт - наклон вперёд, руки вытянуть вперёд; 2-й такт - вернуться в И.П.; 3-й такт - наклон вниз, коснуться ладонями пола; 4-й такт - вернуться в И.П.

Повторить 4 раза.

4- Припев. Маршировать по кругу.

Проигрыш. 1-8-й такты - прыжки ноги в стороны - вместе. 9-16-й такты - кружение на поскоках вокруг себя.

Припев. Идут на месте с хлопками над головой.

Оценочные средства, позволяющие контролировать и оценивать результаты обучения в соответствии с индикативными показателями:

Дополнительные материалы

Общеразвивающие упражнения

«Головокружительное упражнение»

(И.П.-ноги на ширине плеч, руки опущены, круговые движения головы вправо, затем влево);

«Утюжок»

(И.П.-широкая стойка

1-наклон вправо, руки при этом скользят по бокам, как будто гладят их

2-наклон влево

3. 4 тоже);

«Тянем-потянем»

(И.П.-О.С.

1-на вдохе шаг вперед правой

2-на выдохе И.П.

3- на вдохе шаг правой

4-на выдохе И.П.);

«Шлем поклон»

(И.П.-О.С.

1-наклон вперед, стараясь достать пальцами носки ног

2-И.П.

3. 4-тоже);

«99 зайцев»

(И.П.-широкая стойка

1-прыжки на месте, ноги вместе

2-ноги врозь

3. 4-тоже).

Комплекс ОВД специальных упражнений для коррекции и профилактики осанки

Вытяжка шеи

И.П.-широкая стойка

1-наклон назад

2-макушкой дотянуться до потолка, плечи опущены

3.4-тоже.

Повороты головы

И.П.-широкая стойка

1-поворот головы вправо

2-И.П.

3-поворот головы влево

4-И.П.

Потряхивание
И.П.- широкая стойка
1-приподняться на носках, таз подать вперед
2-И.П.
3.4-тоже.
Полуприсед
И.П.-широкая стойка
1-полуприсед колени в стороны
2-И.П.
3.4-тоже.
Подъем на носки
И.П.-широкая стойка
1-наклон назад на пятках, таз назад
2-на носки, руки за голову, таз вперед
3.4-тоже.
Зеркало
И.П.-широкая стойка, руки перед собой
1-наклон - поворот, таз вправо, руки и ноги в И.П.
2-наклон-поворот, таз влево
3.4-тоже.
Вытяжка руки
И.П-правая задняя нога под углом 45
1- правая рука вверх по дуге, взгляд провожает руку
2-И.П.
3-левая рука вверх по дуге
3.4-тоже.
Приседание
И.П-правая нога под углом 45 приставляется к пальцам задней ноги
1 – присед
2 – И.П.
3.4-тоже.
Походка, разложенная по частям
И.П.-О.С. правая на носок, таз вперед
1-упасть на пятку, левая на носок
2-упасть на пятку, правая на носок, шаг мелкий
3.4-тоже.
Прохлопывание

И.П.-широкая стойка, руки расслаблены, прохлопываем изнутри ноги снизу, переходим на левую руку изнутри, снаружи, затем правая рука, грудь, спина.

Комплекс упражнений «Мой веселый, звонкий мяч»

И. П.: основная стойка, руки согнуты в локтях. Мяч между ладонями. Пальцы смотрят вверх. Прокатывание мяча между ладонями, скользящими вверх-вниз.

И. П.: основная стойка, руки вытянуты вперед, мяч между ладонями. Прокатывание мяча скользящими движениями ладоней от себя - к себе.

И. П.: основная стойка, руки перед грудью. Мяч в ладонях с растопыренными пальцами. Вращение мяча к себе - от себя, перебирая пальцами.

И. П.: основная стойка, мяч в руках вниз.

1-поднять мяч вверх, поднимаясь на носки

2 - И.П.

3.4 – тоже.

И. П. — основная стойка, мяч в правой руке.

1-руки в стороны

2-руки вверх, переложить мяч в левую руку

3- руки в стороны

4 -И.П.

И. П.- стойка ноги врозь, мяч вниз.

1 - мяч вперед

2 - поворот туловища вправо, руки прямые

3 -прямо, мяч вперед

4 - И.П. Тоже влево.

И.П.- основная стойка, мяч в правой руке.

1. 2 -правую ногу отвести назад на носок, мяч вверх

3. 4- И.П. Тоже левой ногой.

И. П.- широкая стойка, мяч в руках вниз.

1-наклон к правой

2-И.П.

3-наклон к левой

4-И.П.

И.П.- основная стойка мяч в согнутых руках перед собой.

1- присед, мяч вперед

2- И. П.

3.4-тоже.

«Бросалки»-подбросить и ловить мяч двумя руками.
«Хлопушки» -подбрасывать мяч вверх и ловить после одного хлопка в ладоши. «Отбивалки»-отбить мяч об пол двумя руками и поймать его.
«Бросок-отскок» -подбросить мяч вверх и ловить его после отскока о пол.
«Бросай - поймай» -перебрасывание мяча друг другу парами *(расстояние 1,5-2 м)*