

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 73 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол от 26.08.2026 № 1/26

УЧЁТ МНЕНИЯ

Совета родителей

(законных представителей) воспитанников

Протокол от 26.08.2026 № 1/26

УТВЕРЖДЕНО

Приказ от 14.09.2026 г. № 1-пд

Заведующий ГБДОУ детский сад № 73

Приморского района Санкт-Петербурга

_____/М.А. Волкова/

Подписано цифровой подписью: Волокова Мария

Андреевна, заведующий ГБДОУ детский сад № 73

Приморского района Санкт-Петербурга

Дата: 2026.08.26 11:02:52 +03'00'

Дополнительная общеразвивающая программа

«Непоседы»

Срок реализации: 1 год

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Разработчик:

Педагог дополнительного образования

Шишкина Наталья Викторовна

Санкт-Петербург

2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1. Основные характеристики программы.....	3
1.2. Организационно-педагогические условия реализации программы	6
2. Учебный план на 2026-2027 учебный год.....	9
3. Календарный учебный график	11
4. Рабочая программа	12
4.1. Особенности организации образовательного процесса.....	12
4.2. Задачи обучения	13
4.3. Содержание программы.....	14
4.4. Планируемые результаты освоения программы	19
4.5. Календарно-тематический план	21
5. Методические и оценочные материалы	25
5.1. Методические материалы	25
5.2. Оценочные материалы	26

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Основные характеристики программы

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Непоседы» имеет физкультурно-спортивную направленность, так как ориентирована на общее развитие личности детей дошкольного возраста средствами физической культуры и спорта.

Адресат программы

Программа адресована обучающимся 5-7 лет. Программа разработана с учетом возрастных особенностей детей 5-7 лет и направлена на формирование у них основ здорового образа жизни, физической культуры и гармоничного развития личности. К обучению допускаются дети без медицинских противопоказаний, независимо от их исходного уровня физической подготовленности. Программа ориентирована на детей, проявляющих способности к спортивной и оздоровительной деятельности, а также на обучающихся, желающих преодолеть двигательную пассивность и укрепить веру в собственные силы.

Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена необходимостью реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р). Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения является одним из приоритетных направлений государственной политики Российской Федерации в сфере образования и социального развития. Дошкольный возраст является сенситивным периодом для интенсивного физического развития, формирования двигательных навыков, закладывания основ здорового образа жизни и правильной осанки. Именно в этот период формируются базовые физические качества — сила, выносливость, гибкость, ловкость и координация, а также закладываются устойчивые привычки к регулярной двигательной активности, которые в значительной степени определяют физическое благополучие человека на протяжении всей последующей жизни.

Данные статистики и многочисленные научные исследования свидетельствуют о тревожных тенденциях в состоянии здоровья современных детей. Многие дошкольники испытывают выраженный двигательный дефицит, который приводит к функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечёт за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, развитие плоскостопия, а также вызывает задержку возрастного физического развития. Гиподинамия негативно сказывается не только на физическом состоянии, но и на психическом здоровье детей, приводя к повышенной утомляемости, снижению познавательной активности, нарушениям эмоционально-волевой сферы. Программа направлена на восполнение дефицита двигательной активности, профилактику гиподинамии и формирование у детей устойчивой потребности в здоровом образе жизни.

Отличительные особенности программы

Отличительные особенности программы заключаются в комплексном подходе к физическому развитию через синтез игровых, оздоровительных и творческих методов обучения. В отличие от традиционных физкультурных занятий, данная программа делает

акцент на формировании именно оздоровительных и профилактических умений: умения контролировать своё тело, правильно дышать во время физической нагрузки, сохранять правильную осанку, регулировать темп и интенсивность движений. Программа построена по спиральному принципу, что позволяет постепенно углублять и расширять знания, умения и навыки обучающихся, обеспечивая преемственность между последующими годами обучения. Каждое занятие включает в себя элементы дыхательной гимнастики, профилактики плоскостопия, упражнения на развитие мелкой моторики, а также подвижные игры, направленные на развитие коммуникативных навыков и командного взаимодействия.

Уровень освоения программы

Программа имеет общекультурный уровень освоения. Она направлена на формирование общей культуры обучающихся, на воспитание гармонично развитой личности, способной успешно социализироваться в условиях динамично меняющегося мира. Результаты освоения предполагают презентацию достижений на уровне образовательной организации, участие в спортивных праздниках и физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

Объём и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 год обучения. Объём учебной нагрузки составляет 56 часов.

Цель и задачи программы

Цель программы: формирование у обучающихся 5-7 лет основ здорового образа жизни и физической культуры, развитие двигательных качеств и укрепление здоровья через включение в активную игровую и спортивно-оздоровительную деятельность.

Задачи программы:

Обучающие:

- расширять и активизировать двигательный опыт детей, обогащать их представления о собственном теле и возможностях организма;
- совершенствовать технику выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание);
- формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечный корсет и своды стопы;
- обучать правильному дыханию во время физической нагрузки, развивать дыхательную систему;
- развивать основные физические качества: силу, выносливость, гибкость, ловкость, быстроту, координацию;
- формировать умение выполнять комплексы утренней гимнастики и простейшие закаливающие процедуры;
- обучать основам безопасного поведения во время занятий и в повседневной жизни.

Развивающие:

- развивать вестибулярный аппарат, чувство равновесия и координацию движений;
- развивать мелкую моторику, точность и дифференцированность движений;

- развивать пространственную ориентировку и умение действовать по словесной инструкции;
- развивать эмоционально-волевую сферу, умение управлять своим состоянием и поведением;
- развивать творческое воображение, фантазию и выразительность движений;
- развивать чувство ритма, музыкальный слух и пластическую выразительность;
- развивать психические процессы: внимание, память, мышление, восприятие через двигательную активность.

Воспитательные:

- воспитывать культуру здорового образа жизни, осознанное отношение к своему здоровью;
- формировать устойчивую мотивацию к регулярным занятиям физической культурой;
- воспитывать уверенность в себе, своих силах, снижать уровень тревожности и неуверенности;
- прививать любовь к физическим упражнениям, подвижным играм и спорту;
- воспитывать волевые качества: целеустремлённость, настойчивость, умение преодолевать трудности и доводить начатое дело до конца;
- воспитывать дружелюбие, умение работать в команде, уважительное отношение к соперникам и партнёрам по игре;
- прививать любовь к родной культуре через народные подвижные игры и спортивные традиции.

Планируемые результаты освоения программы

Освоение программы направлено на достижение следующих результатов:

Личностные результаты:

- Сформировано положительное отношение и устойчивый интерес к физической культуре и спортивно-оздоровительной деятельности.
- Сформированы волевые качества: целеустремлённость, настойчивость, умение преодолевать физические нагрузки, доводить начатое дело до конца и получать удовлетворение от достигнутых результатов.
- Сформировано доброжелательное отношение к сверстникам, развиты навыки сотрудничества и умения работать в команде при выполнении коллективных упражнений и подвижных игр.
- Сформировано эмоционально-эстетическое отношение к своему телу и физическому совершенствованию.
- Сформировано бережное и ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

Предметные результаты:

- Дети знакомы с основными понятиями физической культуры (осанка, гибкость, сила, выносливость, координация, правильное дыхание) и умеют применять их в практической деятельности.

- Освоены доступные возрасту приёмы оздоровительной гимнастики: дыхательные упражнения, упражнения для профилактики плоскостопия, комплексы для формирования правильной осанки.
- Сформировано умение выполнять основные движения (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание) с соблюдением правильной техники и безопасности.
- Сформированы практические навыки выполнения комплексов утренней гимнастики и простейших закаливающих процедур.
- Освоены правила безопасного поведения во время занятий и в повседневной жизни.
- Освоены способы самоконтроля: умение оценивать своё самочувствие, регулировать нагрузку, распознавать признаки утомления.

Метапредметные результаты:

- **Познавательные:** развиты слуховое внимание, пространственная ориентировка, умение сравнивать, анализировать и обобщать двигательный опыт, понимать словесные инструкции и действовать в соответствии с ними.
- **Регулятивные:** сформированы умения планировать свою двигательную деятельность, контролировать и оценивать её в соответствии с задачей, выбирать эффективные способы выполнения упражнений, преодолевать трудности.
- **Коммуникативные:** развиты навыки взаимодействия со сверстниками и взрослыми, умение вести диалог в процессе подвижных игр, согласовывать действия в коллективной творческой работе, договариваться и распределять роли в команде.

1.2. Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы: русский.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации программы

Программа реализуется поэтапно с учётом возрастных и индивидуальных возможностей детей, постепенного освоения двигательных навыков и расширения самостоятельности в физической деятельности. Предусматривается объединение содержания в тематические модули, отражающие основные направления физического развития детей дошкольного возраста. Содержание и последовательность модулей определяются с учётом используемых видов движений, осваиваемых способов взаимодействия с предметами и постепенного усложнения практических заданий.

Программа реализуется поэтапно, и каждый этап логично связан с предыдущим. На первом этапе мы возвращаемся к основам, но уже на более осознанном уровне. Дети совершенствуют ходьбу, бег, прыжки на месте, ползание на четвереньках, но теперь эти движения выполняются не просто по подражанию, а с пониманием техники. Педагог объясняет, как правильно ставить стопу, как работать руками при беге, как держать спину при ползании. Упражнения проводятся в игровой форме, но с элементами чётких инструкций и самоконтроля. Дети учатся слышать сигналы, реагировать на них и выполнять движения в заданном темпе. Важно, что на этом этапе формируется база, на которую будут опираться все последующие навыки.

Второй этап — это переход к более сложным двигательным задачам. Здесь дети осваивают ходьбу по ограниченной поверхности (гимнастическая скамейка, дорожка, модули), учатся сохранять равновесие, переносить вес тела с одной ноги на другую. Прыжки с продвижением вперёд требуют уже не просто отталкивания, а согласованной работы ног и рук, умения приземляться мягко и точно. Бросание и ловля мяча становятся настоящим испытанием для координации: дети учатся рассчитывать силу броска, ловить мяч двумя руками, не бояться его. Лазание по гимнастической стенке развивает силу рук и ног, чувство высоты и уверенность в себе. Упражнения в равновесии — это ходьба по наклонной поверхности, стойка на одной ноге, перешагивание через препятствия — помогают тренировать вестибулярный аппарат и учиться контролировать своё тело в разных положениях. На этом этапе педагог уже не просто показывает, а объясняет, зачем нужно то или иное движение, какие мышцы работают, как избежать ошибок. Дети начинают осознанно относиться к тренировке, понимая, что их тело — это инструмент, который можно развивать.

Третий этап — самый насыщенный и эмоциональный. Он направлен на закрепление и совершенствование всех приобретённых умений. Здесь уже нет отдельных упражнений — есть целые подвижные игры, эстафеты, игровые задания, где дети применяют свои навыки в динамике и взаимодействии. Выполнение движений по сигналу (свисток, хлопок, команда) учит быстроте реакции и дисциплине. Взаимодействие со сверстниками становится ключевым: дети учатся договариваться, распределять роли, помогать друг другу, работать в паре или команде.

Большое внимание уделяется безопасности. Все упражнения выполняются на подготовленном оборудовании, с соблюдением дистанции, под контролем взрослого. Педагог заранее объясняет правила, показывает, как правильно страховать себя и других. Дети учатся слушать своё тело: если чувствуют усталость или боль — сигнализируют об этом. Это воспитывает ответственное отношение к своему здоровью, что очень важно в старшем дошкольном возрасте, когда дети становятся более самостоятельными и меньше зависят от взрослых.

Конкретный перечень тематических модулей определяется календарно-тематическим планом программы.

Условия набора и формирования групп

Группы формируются из детей в возрасте от 5 до 7 лет. Наполняемость группы — до 15 человек. Для освоения программы специальная предварительная подготовка не требуется. Допускается формирование разновозрастных групп в пределах установленного программой возрастного диапазона.

Формы организации и проведения занятий

В процессе реализации программы используются групповые, подгрупповые и индивидуальные формы организации деятельности детей.

Основной формой проведения занятий является организованная совместная двигательная деятельность педагога и детей.

Занятия проводятся в форме:

- специально организованных занятий по физической культуре;
- игровых упражнений;

- подвижных игр.

Материально-техническое обеспечение программы

Для реализации программы необходимо помещение, соответствующее требованиям к организации образовательной деятельности детей дошкольного возраста и оснащённое необходимой мебелью, оборудованием, материалами и инструментами.

Оборудование:

- гимнастическая стенка;
- гимнастическая скамейка;
- ребристая доска;
- массажные дорожки;
- дуги для подлезания;
- обручи разных диаметров;
- мячи разных размеров;
- гимнастические палки;
- флажки, ленты, платочки, мешочки с песком;
- мягкие модули и кубы;
- туннель;
- шнуры и верёвки;
- кольца и погремушки;
- игрушки для обыгрывания (мягкие игрушки, куклы);
- контейнеры и органайзеры для хранения и сортировки материалов;
- шкафы и стеллажи для хранения материалов, пособий и детских работ;
- аудиоаппаратура для музыкального сопровождения занятий при наличии

технической возможности.

Кадровое обеспечение:

Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования, квалификация которого соответствует направленности дополнительной общеразвивающей программы. Педагог должен обладать знаниями в области физического развития детей дошкольного возраста, владеть методикой проведения физкультурных занятий и подвижных игр с детьми 5-7 лет, а также иметь навыки оказания первой доврачебной помощи.

2. Учебный план на 2026-2027 учебный год

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Модуль 1. Вводное занятие. Знакомство с физкультурным залом. Правила безопасности	1	0,5	0,5	Беседа
2.	Модуль 2. Основы двигательной активности: ходьба и её разновидности	4	0,5	3,5	Наблюдение, объяснение, оказание поддержки в процессе выполнения задания, игра
3.	Модуль 3. Основы двигательной активности: бег и его разновидности	4	0,5	3,5	Наблюдение, объяснение, оказание поддержки в процессе выполнения задания, игра
4.	Модуль 4. Прыжки: на месте, с продвижением, в длину с места	5	0,5	4,5	Наблюдение, объяснение, оказание поддержки в процессе выполнения задания, игра
5	Модуль 5. Ползание и лазание	5	0,5	4,5	Наблюдение, объяснение, оказание поддержки в процессе выполнения задания, игра
6	Модуль 6. Метание: бросание и ловля мяча, метание в цель	4	0,5	3,5	Наблюдение, объяснение, оказание поддержки в процессе выполнения задания, игра
7	Модуль 7. Упражнения в равновесии	4	0,5	3,5	Наблюдение, объяснение, оказание поддержки в процессе выполнения задания, игра
8	Модуль 8. Дыхательная гимнастика	3	0,5	2,5	Наблюдение, объяснение, оказание поддержки в процессе выполнения задания, игра
9	Модуль 9. Профилактика плоскостопия	3	0,5	2,5	Наблюдение, объяснение, оказание поддержки в процессе выполнения задания, игра
10	Модуль 10. Формирование правильной осанки	3	0,5	2,5	Наблюдение, объяснение, оказание поддержки в процессе выполнения задания, игра
11	Модуль 11. Подвижные игры	8	1	7	Наблюдение, объяснение, оказание поддержки в процессе выполнения задания, игра
12	Модуль 12. Эстафеты и соревновательные игры	5	1	4	Наблюдение, объяснение, оказание поддержки в процессе выполнения задания, игра
13	Модуль 13. Игровые занятия (сюжетно-ролевые)	4	0,5	3,5	Наблюдение, объяснение, оказание поддержки в процессе выполнения задания, игра
14	Модуль 14. Повторение и закрепление	2	0,5	1,5	Наблюдение, объяснение, оказание поддержки в процессе

	пройденного материала				выполнения задания, игра
15	Модуль 15. Итоговое занятие. Спортивный праздник	1	0	1	Открытое занятие
Всего часов:		56	1	55	

3. Календарный учебный график

УТВЕРЖДЕН

Приказ от 14.09.2026 г. № 1-пд

Заведующий ГБДОУ детский сад № 73

Приморского района Санкт-Петербурга

_____ /М.А. Волкова/

**Календарный учебный график
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Непоседы»
на 2026–2027 учебный год**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1	01.10.2026	30.04.2027	28	56	56	2 раза в неделю, продолжительность до 30 мин. (1 академический час)

4. Рабочая программа

4.1. Особенности организации образовательного процесса

Образовательный процесс по дополнительной общеразвивающей программе «Непоседы» организуется в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей 3–5 лет и строится на принципах игровой деятельности, доступности, последовательности и постепенного усложнения материала. Занятия проводятся два раза в неделю в специально оборудованном физкультурном зале.

Программа реализуется в течение 28 учебных недель — с 1 октября 2026 года по 30 апреля 2027 года. Общий объём учебной нагрузки составляет 56 часов в год. Группы формируются из детей в возрасте от 5 до 7 лет, наполняемость группы — до 15 человек, что позволяет обеспечить индивидуальный подход к каждому ребёнку и создать условия для активного участия всех обучающихся.

Образовательный процесс строится на основе тематического принципа, когда каждое занятие объединено определённой игровой сюжетной линией («Весёлые старты», «Мы — спортсмены», «Путешествие в страну Здоровья», «Олимпийские надежды» и др.). Это позволяет поддерживать устойчивый интерес детей к занятиям, создавать положительный эмоциональный фон и обеспечивать естественную мотивацию к двигательной активности. В среднем и старшем дошкольном возрасте дети уже способны удерживать сюжетную линию на протяжении всего занятия, что делает каждую встречу с педагогом настоящим приключением, полным открытий и достижений.

Структура каждого занятия включает три взаимосвязанных части:

- **Вводная часть (3–5 минут)** — организация детей, создание эмоционального настроя, ходьба, бег, упражнения в построении и перестроении, игровые приёмы, сюрпризные моменты. В этой части важно настроить детей на предстоящую деятельность, активизировать внимание и подготовить организм к предстоящей физической нагрузке.
- **Основная часть (14–20 минут)** — общеразвивающие упражнения (ОРУ) с предметами и без предметов, основные виды движений (ОВД): ходьба по ограниченной поверхности, ползание, лазание, прыжки, бросание и ловля мяча, метание в цель, упражнения в равновесии; подвижные игры, игровые упражнения, элементы дыхательной гимнастики, упражнения на профилактику плоскостопия и формирование правильной осанки. Именно в основной части происходит наиболее интенсивное развитие физических качеств и совершенствование двигательных навыков.
- **Заключительная часть (3–5 минут)** — подвижные игры малой подвижности, дыхательная гимнастика, релаксационные упражнения, подведение итогов, постепенное снижение физической нагрузки. Эта часть необходима для плавного перехода от активной деятельности к спокойному состоянию, а также для эмоционального завершения занятия.

В процессе реализации программы используются групповые, подгрупповые и индивидуальные формы организации деятельности детей. Основной формой проведения занятий является организованная совместная двигательная деятельность педагога и детей. Занятия проводятся в форме специально организованных занятий по физической культуре, игровых упражнений и подвижных игр. Большое внимание уделяется

индивидуальному подходу: педагог учитывает уровень физической подготовленности каждого ребёнка, его эмоциональное состояние и темп освоения материала, при необходимости оказывает страховку и помощь.

Содержание программы построено по спиральному принципу, что позволяет постепенно углублять и расширять знания, умения и навыки обучающихся, обеспечивая преемственность между занятиями. Каждый тематический модуль завершается занятием, на котором дети применяют полученные умения в игровой или соревновательной форме, что способствует закреплению материала и формированию уверенности в собственных силах.

4.2. Задачи обучения

Обучающие задачи:

- расширять и активизировать двигательный опыт детей, обогащать их представления о собственном теле и возможностях организма;
- совершенствовать технику выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание);
- формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечный корсет и своды стопы;
- обучать правильному дыханию во время физической нагрузки, развивать дыхательную систему;
- развивать основные физические качества: силу, выносливость, гибкость, ловкость, быстроту, координацию;
- формировать умение выполнять комплексы утренней гимнастики и простейшие закаливающие процедуры;
- обучать основам безопасного поведения во время занятий и в повседневной жизни.

Развивающие задачи:

- развивать вестибулярный аппарат, чувство равновесия и координацию движений;
- развивать мелкую моторику, точность и дифференцированность движений;
- развивать пространственную ориентировку и умение действовать по словесной инструкции;
- развивать эмоционально-волевую сферу, умение управлять своим состоянием и поведением;
- развивать творческое воображение, фантазию и выразительность движений;
- развивать чувство ритма, музыкальный слух и пластическую выразительность;
- развивать психические процессы: внимание, память, мышление, восприятие через двигательную активность.

Воспитательные задачи:

- воспитывать культуру здорового образа жизни, осознанное отношение к своему здоровью;
- формировать устойчивую мотивацию к регулярным занятиям физической культурой;

- воспитывать уверенность в себе, своих силах, снижать уровень тревожности и неуверенности;
- прививать любовь к физическим упражнениям, подвижным играм и спорту;
- воспитывать волевые качества: целеустремлённость, настойчивость, умение преодолевать трудности и доводить начатое дело до конца;
- воспитывать дружелюбие, умение работать в команде, уважительное отношение к соперникам и партнёрам по игре;
- прививать любовь к родной культуре через народные подвижные игры и спортивные традиции.

4.3. Содержание программы

Содержание программы «Непоседы» раскрывает последовательность освоения двигательного и оздоровительного материала с учётом возрастных особенностей детей 5-7 лет. Программа построена по спиральному принципу: материал постепенно усложняется, а приобретённые навыки закрепляются в игровой и соревновательной формах. Учебный материал организован в тематические модули, каждый из которых завершается практическим закреплением умений.

Структура содержания включает три этапа. Первый этап (октябрь–ноябрь) направлен на знакомство с основами двигательной активности и формирование базовых двигательных навыков. Второй этап (декабрь–февраль) ориентирован на освоение более сложных движений, требующих координации и равновесия. Третий этап (март–апрель) посвящён закреплению и совершенствованию умений в подвижных играх, эстафетах и соревновательных формах деятельности.

Модуль 1. Вводное занятие (1 ч)

Занятие посвящено знакомству детей с физкультурным залом, его оборудованием и правилами безопасного поведения. Дети совершают экскурсию по залу, рассматривают гимнастическую стенку, скамейки, мячи, обручи, дуги, массажные дорожки. Педагог объясняет правила безопасности: нельзя толкаться, бежать к снаряду без разрешения, использовать инвентарь не по назначению. Особое внимание уделяется умению слышать сигналы педагога (свисток, хлопок, команда) и быстро на них реагировать. Вводная часть включает построение в круг, приветствие, игровое упражнение «Знакомство». Основная часть — экскурсия по залу и простейшие упражнения в построении: ходьба в колонне по одному, ходьба по кругу, бег в медленном темпе. Завершается занятие подвижной игрой «Весёлые ребята» и игрой малой подвижности «Найди своё место». Форма контроля — педагогическое наблюдение.

Модуль 2. Основы двигательной активности: ходьба и её разновидности (4 ч)

Модуль направлен на формирование навыка ходьбы в колонне по одному с соблюдением дистанции и равнения, правильной постановкой стопы и координацией рук. Дети осваивают ходьбу на носках и пятках, которая укрепляет мышцы свода стопы, тренирует равновесие и формирует правильную осанку. Особое внимание уделяется ходьбе с изменением темпа и направления движения: дети учатся ускорять и замедлять шаг по сигналу, перестраиваться из колонны в круг, двигаться по диагонали, «змейкой», перестраиваться в пары и тройки. Это развивает координацию, чувство ритма и умение

быстро реагировать на команды педагога. Завершается модуль ходьбой с перешагиванием через предметы, которая тренирует точность шага и контроль тела в пространстве.

Модуль 3. Основы двигательной активности: бег и его разновидности (4 ч)

Модуль направлен на освоение бега в колонне по одному в медленном и среднем темпе. Дети учатся бегать легко, без напряжения, сохраняя дистанцию и не обгоняя друг друга. Особое внимание уделяется правильной технике бега: корпус слегка наклонён вперёд, руки согнуты в локтях и двигаются в такт шагам, ноги ставятся на переднюю часть стопы с последующим перекатом на всю стопу. Дети осваивают бег с изменением направления движения: по кругу, по диагонали, «змейкой», что тренирует координацию и умение быстро изменять траекторию движения. Также вводится бег с ускорением, который развивает выносливость и реакцию на сигналы педагога, и бег с высоким подниманием бедра, способствующий укреплению мышц ног и развитию координации. Завершается модуль бегом с преодолением препятствий, требующим умения сохранять технику бега при выполнении дополнительных действий: перепрыгивании через кубики, обегании кеглей, проползании под дугой. Все упражнения проводятся в игровой форме с использованием естественных для детей образов: «Самолёты» отрабатывают координацию рук и ног, «Пчёлки» — бег в среднем темпе с сохранением дистанции, «Самолётики» — бег с ускорением и регулированием скорости, «Лошадки» — бег с высоким подниманием бедра, «Полоса препятствий» — бег с преодолением препятствий. Игровые приёмы создают положительный эмоциональный настрой и естественную мотивацию для освоения сложных двигательных навыков.

Модуль 4. Прыжки на месте с продвижением в длину с места (4 ч)

Дети осваивают технику прыжков: отталкивание со сгибанием ног в коленях, мах руками вверх, мягкое приземление на носки с перекатом на всю стопу. Первое занятие — прыжки на месте на двух ногах. Игровое упражнение «Зайки» позволяет естественно освоить технику: дети изображают зайчиков, прыгающих по лужайке. Далее вводятся прыжки с поворотом на 90 и 180 градусов — игровое упражнение «Весёлые лягушата» тренирует вестибулярный аппарат. Третье занятие — прыжки с продвижением вперёд. Игровое упражнение «Кузнечики» мотивирует детей прыгать с кочки на кочку, сохраняя технику. Четвёртое занятие — прыжки в длину с места. Дети учатся выполнять махи руками назад, приседать, энергично выталкиваться вперёд-вверх и приземляться на обе ноги с сохранением равновесия. Игровое упражнение «Лягушки» закрепляет навык в игровой форме.

Модуль 5. Ползание и лазание (4 ч)

Дети осваивают ползание на четвереньках по прямой с опорой на ладони и колени, сохраняя правильное положение тела: спина прямая, голова приподнята, взгляд направлен вперёд. Игровое упражнение «Кошечки» помогает освоить этот вид движения естественным образом. Далее вводится ползание с подлезанием под дугу высотой 40–50 см. Дети учатся группироваться и не задевать препятствие. Игровое упражнение «Проползи и не задень» проводится в соревновательной форме. Третье занятие — ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, что требует сохранения равновесия на ограниченной поверхности. Игровое упражнение «Проползи» создаёт игровую мотивацию: дети переправляются через реку по мостику. Четвёртое занятие —

лазание по гимнастической стенке произвольным способом. Дети впервые пробуют лазать, используя приставной шаг, перехват рук и ног. Педагог обеспечивает страховку. Игровое упражнение «Обезьянки» создаёт положительную мотивацию.

Модуль 6. Метание: бросание и ловля мяча, метание в цель (4 ч)

Дети учатся бросать мяч двумя руками вверх перед собой и ловить его, не прижимая к груди: руки слегка согнуты в локтях, пальцы расставлены, ладони направлены вверх. Игровое упражнение «Мячик» создаёт мотивацию: дети представляют, что мяч — волшебный шарик. Далее вводится бросание мяча двумя руками вдаль от груди, с переносом веса тела с задней ноги на переднюю. Игровое упражнение «Попади в цель» предполагает попадание мячом в корзину или обруч. Третье занятие — метание мешочка с песком в горизонтальную цель (обруч на полу). Игровое упражнение «Точный стрелок» создаёт соревновательную мотивацию: дети соревнуются в точности попадания. Четвёртое занятие — метание мешочка в вертикальную цель (щит с нарисованным кругом), что требует более точной координации и глазомера. Игровое упражнение «Меткий стрелок» закрепляет умения в соревновательной форме.

Модуль 7. Упражнения в равновесии (4 ч)

Дети осваивают стойку на одной ноге с опорой на другую, с закрытыми глазами, с движением рук. Игровое упражнение «Цапля» помогает тренировать равновесие: дети изображают цаплю, стоящую на одной ноге. Далее вводится ходьба по ограниченной поверхности — гимнастической скамейке или доске. Дети учатся ставить ноги точно на середину, сохраняя правильную осанку. Игровое упражнение «Мостик» создаёт игровую мотивацию: дети переходят по мостику через реку. Третье занятие направлено на совершенствование навыков: ходьба по наклонной поверхности, стойка на одной ноге с движением рук и головы. Игровое упражнение «Балансир» помогает закрепить навыки. Четвёртое занятие закрепляет умения в игровой форме: ходьба по скамейке с перешагиванием через предметы, стойка на одной ноге с закрытыми глазами, подвижная игра «Переправа».

Модуль 8. Дыхательная гимнастика (3 ч)

Дыхательная гимнастика развивает дыхательную систему, формирует правильное носовое дыхание. Дети учатся делать глубокий вдох через нос и плавный выдох через рот. Игровое упражнение «Насос» — быстрые короткие вдохи носом и медленные выдохи ртом. Упражнение «Волшебный шарик» — надувание воображаемого шарика. Профилактика плоскостопия направлена на укрепление мышц свода стопы. Дети ходят по массажным дорожкам босиком, переступая с одной дорожки на другую. Игровое упражнение «Весёлые ножки» предполагает ходьбу в разном темпе и с разными положениями стоп. Также выполняются упражнения: захват пальцами ног мелких предметов, катание мяча стопой. Формирование правильной осанки: дети встают у стены, прижимаясь затылком, лопатками, ягодицами и пятками, и запоминают это положение. Выполняются упражнения у стены: присесть и встать, сохраняя правильное положение, поднять руки вверх, отвести назад. Игровое упражнение «Солдатики» — ходьба по залу с сохранением правильной осанки.

Модуль 9. Профилактика плоскостопия (3 ч)

Содержание модуля построено по принципу постепенного увеличения нагрузки и усложнения упражнений. Основное внимание уделяется ходьбе по массажным дорожкам босиком, которые стимулируют рецепторы подошвенной поверхности стопы и активизируют работу мышц. Дети переступают с одной дорожки на другую, меняя темп движения и положение стоп: на носках, на пятках, на внешней стороне стопы. Игровое упражнение «Весёлые ножки» позволяет естественно закрепить навык ходьбы в различных положениях стопы, создавая положительный эмоциональный фон и мотивацию к выполнению упражнений. Также вводятся статические упражнения: стояние на носках с опорой на стул, подъём на носки с последующим опусканием на пятки, перекаты с пятки на носок и обратно. Эти упражнения тренируют мышцы голени и стопы, способствуют формированию правильного свода стопы.

Таким образом, модуль «Профилактика плоскостопия» решает задачи укрепления мышц свода стопы, формирования правильной постановки стопы при ходьбе, развития координации и чувства равновесия. Комплексное воздействие упражнений, проводимых в игровой форме, создаёт условия для естественного и эффективного укрепления опорно-двигательного аппарата детей, что является важной составляющей общего физического развития.

Модуль 10. Формирование правильной осанки (3 ч)

Содержание модуля построено по принципу от статического запоминания правильного положения тела к динамическому закреплению навыка. На начальном этапе дети знакомятся с понятием правильной осанки. Педагог объясняет, что правильная осанка — это положение тела, при котором голова приподнята, плечи расправлены и слегка опущены, лопатки сведены, живот подтянут, спина прямая. Дети встают у стены, прижимаясь к ней затылком, лопатками, ягодицами и пятками, и запоминают это положение. Игровое упражнение «Солдатики» предполагает ходьбу по залу с сохранением правильного положения тела, контролируя, чтобы голова, плечи и спина оставались в правильном положении. Педагог даёт команды: «Выпрямились», «Подтянули живот», «Расправили плечи», помогая детям осознанно контролировать положение своего тела. Также вводится упражнение у стены: присесть и встать, сохраняя правильное положение тела, поднять руки вверх, отвести назад, не отрываясь от стены. Эти упражнения тренируют мышечную память и помогают детям запомнить правильное положение тела.

Далее модуль направлен на укрепление мышц, удерживающих правильную осанку. Дети выполняют упражнения лёжа на спине: поднимание ног, сгибание ног в коленях, прижатых к груди, «велосипед», «ножницы». Данные упражнения укрепляют мышцы брюшного пресса, которые играют важную роль в поддержании правильного положения позвоночника. Упражнения лёжа на животе: поднимание головы и плеч, «лодочка», «рыбка» — укрепляют мышцы спины и разгибатели позвоночника. Игровое упражнение «Крепкая спинка» предполагает выполнение комплекса упражнений, направленных на укрепление мышц спины и брюшного пресса, в игровой форме. Особое внимание уделяется упражнениям с предметами: удержание мешочка с песком на голове, ходьба с мешочком на голове, приседания с мешочком на голове. Данные упражнения тренируют

способность удерживать правильное положение тела при выполнении различных движений, развивают мышечную память и координацию.

Модуль 11. Подвижные игры (8 ч)

Подвижные игры являются средством физического и социального развития: дети учатся взаимодействовать, соблюдать правила, проявлять инициативу, развивают ловкость, быстроту, координацию. Модуль включает игры с бегом («Самолёты», «Пчёлки», «Хитрая лиса», «День и ночь»), с прыжками («Зайки», «Лягушки», «Кузнечики»), с ползанием и лазанием («Кошечки», «Обезьянки», «Паучки»), с метанием («Попади в цель», «Точный стрелок»), на равновесие («Цапля», «Аист»). Каждая игра проводится по методике: объяснение правил, показ действий, распределение ролей, выполнение игровых действий, подведение итогов. Дети учатся действовать по сигналу, соблюдать правила, договариваться, помогать друг другу.

Модуль 12. Эстафеты и соревновательные игры (5 ч)

Эстафеты позволяют применять двигательные навыки в соревновательной деятельности, развивают командный дух и умение работать в коллективе. На первых занятиях проводятся простые эстафеты: «Передай мяч», «Прыгуны» — одно-два двигательных действия. Дети учатся действовать по команде, передавать эстафету следующему участнику. Далее вводятся более сложные эстафеты: бег до ориентира, оббегание его, возвращение и передача эстафеты. Эстафета «Спортивная семейка» включает задания с обручами, мячами и палками. Итоговое упражнение «Весёлые эстафеты» проводится в командном зачёте, что создаёт ситуацию успеха для каждого участника.

Модуль 13. Игровые занятия (4 ч)

Игровые занятия объединяют двигательную деятельность единым сюжетом. Первое занятие — «Мы — спортсмены»: дети выполняют комплекс общеразвивающих упражнений, имитирующих тренировку спортсменов, завершается эстафетой «Олимпийские надежды». Второе занятие — «Здоровье — это здорово!»: дети выполняют зарядку, дыхательные упражнения, ходят по массажным дорожкам, играют в подвижные игры, направленные на укрепление здоровья. Третье занятие — «Весёлые старты»: итоговое мероприятие, в котором дети применяют все полученные умения в соревновательной форме.

Модуль 14. Повторение и закрепление (2 ч)

Повторение закрепляет полученные умения, выявляет пробелы в обучении. Первое занятие посвящено повторению основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, ползания, лазания, метания. Игровое упражнение «Ловкие ребята» предполагает выполнение комплекса упражнений. Второе занятие — «Весёлые эстафеты» — проводится в соревновательной форме.

Модуль 15. Итоговое занятие (1 ч)

Итоговое занятие проводится в форме спортивного праздника «Непоседы — чемпионы!». Праздник включает приветствие детей, представление команд, разминку, эстафеты, подвижные игры, конкурсы, награждение участников. Дети демонстрируют все умения, освоенные в течение учебного года. Праздник создаёт ситуацию успеха,

укрепляет мотивацию к регулярным занятиям физической культурой. Дети получают грамоты и медали.

Таким образом, содержание программы «Непоседы» представляет собой целостную систему физического воспитания детей 3–5 лет, построенную на принципах игровой деятельности, постепенного усложнения и преемственности. Каждый модуль решает конкретные задачи физического развития, а их последовательность обеспечивает комплексное развитие всех физических качеств и формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

4.4. Планируемые результаты освоения программы

Освоение программы направлено на достижение следующих результатов:

Личностные результаты:

- Сформировано положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортивно-оздоровительной деятельности.
- Сформированы волевые качества: целеустремлённость, настойчивость, умение преодолевать физические нагрузки, доводить начатое дело до конца и получать удовлетворение от достигнутых результатов.
- Сформировано доброжелательное отношение к сверстникам, развиты навыки сотрудничества и умения работать в команде при выполнении коллективных упражнений и подвижных игр.
- Сформировано эмоционально-эстетическое отношение к своему телу, физическому совершенствованию и культуре движения.
- Сформировано бережное и ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознание ценности здорового образа жизни.

Предметные результаты:

- Дети знакомы с основными понятиями физической культуры и здорового образа жизни (осанка, гибкость, сила, выносливость, координация, правильное дыхание, закаливание) и умеют применять их в практической деятельности.
- Освоены доступные возрасту приёмы оздоровительной гимнастики: дыхательные упражнения, упражнения для профилактики плоскостопия, комплексы для формирования правильной осанки, элементы самомассажа.
- Сформировано умение выполнять основные движения (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание, ползание) с соблюдением правильной техники и безопасного поведения.
- Сформированы практические навыки выполнения комплексов утренней гимнастики и простейших закаливающих процедур под руководством педагога и родителей.
- Освоены правила безопасного поведения во время занятий физической культурой и в повседневной жизни.
- Освоены способы самоконтроля: умение оценивать своё самочувствие, регулировать нагрузку, распознавать признаки утомления и правильно на них реагировать.
- Сформировано умение действовать по сигналу педагога, соблюдать правила подвижных игр и игровых упражнений.

- Освоены навыки взаимодействия с физкультурным инвентарём: мячами, обручами, гимнастическими палками, скамейками, дугами, массажными дорожками.

Метапредметные результаты:

- **Познавательные:** развиты слуховое внимание, пространственная ориентировка, умение сравнивать, анализировать и обобщать двигательный опыт, понимать словесные инструкции и действовать в соответствии с ними; сформированы начальные представления о строении своего тела, о влиянии физических упражнений на здоровье.
- **Регулятивные:** сформированы умения планировать свою двигательную деятельность, контролировать и оценивать её в соответствии с задачей, выбирать эффективные способы выполнения упражнений, преодолевать трудности, проявлять настойчивость и самостоятельность при выполнении заданий.
- **Коммуникативные:** развиты навыки взаимодействия со сверстниками и взрослыми, умение вести диалог в процессе подвижных игр, согласовывать действия в коллективной творческой работе, договариваться и распределять роли в команде, выражать свои эмоции и чувства через движение и слово.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы: русский.

Форма обучения: очная.

Объем и срок освоения программы: программа рассчитана на 2 года обучения. Объем учебной нагрузки составляет 56 часов в год. Продолжительность одного занятия – 20 минут для детей 4-5 лет и 30 минут для детей 6–7 лет.

Уровень освоения программы:

Программа направлена на развитие не только физических качеств, но и психических процессов. В процессе занятий у детей развивается слуховое внимание, пространственная ориентировка, память, мышление. Они учатся понимать словесные инструкции, запоминать последовательность действий, анализировать свои движения, сравнивать их с образцом. Это способствует формированию познавательной активности, которая является основой для успешного обучения на последующих этапах. Развиваются также коммуникативные навыки: дети учатся взаимодействовать со сверстниками, договариваться, соблюдать правила, выражать свои эмоции через движение и слово. Всё это создаёт предпосылки для успешной социализации в детском коллективе и в более широком социальном окружении.

Форма организации образовательного процесса: фронтальная, групповая, индивидуальная. Занятия проводятся в группах, состоящих из 15 детей, что позволяет обеспечить индивидуальный подход к каждому ребёнку и создать условия для активного участия всех обучающихся.

4.5. Календарно-тематический план

№	Месяц	Раздел, тема занятия	Количество часов
1	Октябрь	Вводное занятие. Знакомство с физкультурным залом. Правила безопасности. Игра «Весёлые ребята»	1
2		Ходьба и бег в колонне по одному. Игра «Поезд»	1
3		Ходьба на носках и пятках. Игра «Мышки и котик»	1
4		Бег в медленном и среднем темпе. Игра «Самолёты»	1
5		Прыжки на месте на двух ногах. Игра «Зайки»	1
6		Прыжки на месте с поворотом. Игра «Весёлые лягушата»	1
7		Ползание на четвереньках по прямой. Игра «Кошечки»	1
8		Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу. Игра «Проползи и не задень»	1
9	Ноябрь	Ходьба по ограниченной поверхности (гимнастическая скамейка). Игра «Мостик»	1
10		Ходьба по ограниченной поверхности (доска, дорожка). Игра «Переправа»	1
11		Прыжки с продвижением вперёд. Игра «Кузнечики»	1
12		Прыжки в длину с места. Игра «Лягушки»	1
13		Бросание мяча двумя руками вверх и ловля. Игра «Мячик»	1
14		Бросание мяча двумя руками вдаль. Игра «Попади в цель»	1
15		Лазание по гимнастической стенке (произвольный способ). Игра «Обезьянки»	1
16		Упражнения в равновесии: стойка на одной ноге. Игра «Цапля»	1
17	Декабрь	Дыхательная гимнастика. Упражнение «Насос». Игра «Ветерок»	1
18		Профилактика плоскостопия. Ходьба по массажным дорожкам. Игра «Весёлые ножки»	1
19		Формирование правильной осанки. Упражнения у стены. Игра «Солдатики»	1
20		Ходьба с перешагиванием через предметы. Игра «Ручеёк»	1

№	Месяц	Раздел, тема занятия	Количество часов
21		Бег с ускорением. Игра «Пчёлки»	1
22		Прыжки через скакалку (круговые движения). Игра «Скакалочка»	1
23		Метание мешочка в горизонтальную цель. Игра «Точный стрелок»	1
24		Ползание под дугами (высота 40–50 см). Игра «Проползи и не задень»	1
25	Январь	Подвижная игра «Хитрая лиса». Закрепление навыков бега и ловли	1
26		Эстафета «Зимние забавы». Закрепление основных движений	1
27		Лазание по гимнастической стенке с перехватом. Игра «Паучки»	1
28		Повторение и закрепление пройденного материала. Игра «Ловкие ребята»	1
29		Ходьба в колонне с изменением темпа и направления. Игра «Карусель»	1
30		Бег змейкой между предметами. Игра «Змейка»	1
31		Прыжки в длину с разбега (упрощённый вариант). Игра «Прыгуны»	1
32		Метание мешочка в вертикальную цель. Игра «Меткий стрелок»	1
33	Февраль	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Игра «Проползи»	1
34		Лазание по стенке с переходом на другой пролёт. Игра «Весёлые обезьянки»	1
35		Равновесие на одной ноге с движением рук. Игра «Аист»	1
36		Упражнения с обручем: вращение, пролезание. Игра «Обручи»	1
37		Дыхательная гимнастика. Упражнение «Волшебный шарик». Игра «Шарик»	1
38		Подвижная игра «Мышеловка». Развитие ловкости и	1

№	Месяц	Раздел, тема занятия	Количество часов
		реакции	
39		Эстафета «Спортивная семейка». Закрепление навыков командного взаимодействия	1
40		Игровое занятие «Мы — спортсмены». Закрепление основных движений	1
41	Март	Повторение и закрепление пройденного материала. Игра «Весёлые эстафеты»	1
42		Ходьба по кругу с заданием (остановка, поворот). Игра «Светофор»	1
43		Бег с преодолением препятствий (мягкие модули). Игра «Полоса препятствий»	1
44		Прыжки через предметы (высота 10–15 см). Игра «Прыгуны»	1
45		Метание в движущуюся цель. Игра «Попади в цель»	1
46		Ползание в туннеле. Игра «Туннель»	1
47		Лазание по стенке с перехватом и спуском. Игра «Скалолазы»	1
48		Равновесие на повышенной опоре (гимнастическая скамейка). Игра «Балансир»	1
49	Апрель	Дыхательная гимнастика. Упражнение «Дерево». Игра «Ветерок»	1
50		Упражнения с гимнастической палкой. Игра «Палка-выручалка»	1
51		Подвижная игра «День и ночь». Развитие внимания и реакции	1
52		Эстафета «Весёлые эстафеты». Закрепление всех изученных движений	1
53		Игровое занятие «Здоровье — это здорово!». Комплексное закрепление материала	1
54		Повторение и закрепление пройденного материала. Игра «Спортивные ребята»	1
55		Итоговое занятие. Спортивный праздник «Непоседы —	1

№	Месяц	Раздел, тема занятия	Количество часов
		чемпионы!»	
56		Резервное занятие. Подвижные игры по выбору детей	1
ИТОГО			56

5. Методические и оценочные материалы

5.1. Методические материалы

Методическое обеспечение программы:

Методы обучения:

- словесные (объяснение, рассказ, беседа, инструкция),
- наглядные (показ, демонстрация, иллюстрация),
- практические (упражнения, игровой метод, соревновательный метод),
- репродуктивные (воспроизведение по образцу), продуктивные (творческие задания).

Формы проведения занятий: групповые, подгрупповые, индивидуальные.

Средства обучения: спортивный инвентарь (гимнастическая стенка, скамейка, мячи, обручи, гимнастические палки, скакалки, дуги, массажные дорожки, ребристые доски, мягкие модули, туннель, мешочки с песком, флажки, ленты, платочки), аудиоаппаратура для музыкального сопровождения.

Приёмы организации деятельности: создание игровой ситуации, сюрпризный момент, использование художественного слова, музыкальное сопровождение, поощрение, создание ситуации успеха.

Дидактические материалы:

- картотека подвижных игр;
- комплексы общеразвивающих упражнений;
- комплексы дыхательной гимнастики;
- комплексы упражнений для профилактики плоскостопия;
- комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
- наглядные пособия и иллюстрации по теме занятий;
- аудиозаписи музыкальных произведений для сопровождения занятий.

Информационные источники для педагогов, обучающихся и родителей:

1. Веракса Н.Е, Комарова Т.С., Васильева М.А. – Программа «От рождения до школы» - М.: «Мозаика-Синтез», 2015
2. Оглоблина И.Ю. Логопедический массаж: игры и упражнения. – М., 2016г.
3. Трясорукова Т.П. Игры, загадки, стихи и чистоговорки для развития речи. - Ростов-на-Дону, 2016г.
4. Трясорукова Т.П. Игры для дома и детского сада. - Ростов-на-Дону, 2017г.
5. Гаврючина Л. В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие, М., «ТЦ Сфера», 2007.
6. Голицына Н. С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. М., «Издательство Скрипторий», 2006.
7. Павлова П.А, Горбунова И.В. «Расти здоровым, малыш.» Программа оздоровления детей раннего возраста.
8. Подольская Е. И. Оздоровительная гимнастика: игровые комплексы, занятия, физические упражнения. Первая младшая группа. – Волгоград: Учитель, 2014.

9.Еромыгина М. В., Картотека упражнений для самомассажа пальцев и кистей рук. Зрительная гимнастика. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО - ПРЕСС »», 2017.

5.2. Оценочные материалы

Оценка результатов освоения программы носит диагностический, наблюдательный и аналитический характер и осуществляется в процессе физической деятельности детей. Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся не проводится.

Оценивание направлено на выявление индивидуальной динамики освоения ребёнком способов физической активности и интереса к физкультурным занятиям. Результаты используются педагогом для определения эффективности реализации программы и выбора способов индивидуальной поддержки детей.

Формы, порядок и периодичность контроля. Формы фиксации результатов.

Вид контроля	Сроки	Цель	Формы	Форма фиксации
Входная диагностика	октябрь	Выявление исходного речевого опыта, интереса к речевой деятельности, степени самостоятельности и владения доступными способами построения высказывания.	Педагогическое наблюдение; несложное речевое задание; беседа.	Индивидуальная диагностическая карта
Текущий контроль	в течение всего периода обучения	Отслеживание освоения содержания тем, способов выразительной речи, динамики самостоятельности, инициативы и творческой активности.	Педагогическое наблюдение; выполнение речевых заданий; анализ продуктов речевой деятельности; беседа.	Рабочие записи педагога; результаты наблюдений; отметки в диагностической карте.
Промежуточная диагностика	декабрь	Определение промежуточной динамики достижения планируемых результатов необходимости коррективной педагогической поддержки.	Творческое речевое задание; педагогическое наблюдение; анализ выступления; беседа	Индивидуальная диагностическая карта

Итоговая диагностика	По завершении освоения программы	Определение уровня достижения планируемых результатов и индивидуальной динамики ребёнка за период обучения.	Педагогическое наблюдение; анализ публичного выступления.	Индивидуальная диагностическая карта; итоговое педагогическое заключение о динамике освоения программы.
----------------------	----------------------------------	---	---	---

Диагностические методики и критерии оценивания:

Критерии и показатели оценки:

- проявляет интерес и активность в двигательной деятельности;
- понимает и выполняет доступную возрасту последовательность действий по показу, схеме и словесной инструкции педагога;
- владеет предусмотренными программой доступными способами выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, метание);
- использует двигательные средства аккуратно и с соблюдением правил безопасного поведения;
- проявляет самостоятельность при выполнении игровых упражнений и основных видов движений в соответствии с возрастными возможностями;
- выбирает тему, структуру и способы подачи движения в игровой деятельности;
- сочетает интонационные, темповые и невербальные средства при создании двигательного образа;
- проявляет инициативу, воображение и стремление к вариативному творческому решению двигательных задач;
- стремится доводить начатое двигательное действие до завершения;
- доброжелательно относится к результатам собственной двигательной деятельности и деятельности других детей.
- При анализе продуктов двигательной деятельности учитываются не художественное совершенство и точность воспроизведения образца, а освоение ребёнком предусмотренных программой способов действий, самостоятельность их применения, соответствие результата замыслу или содержанию задания, завершённость выполнения движения в пределах возрастных и индивидуальных возможностей и проявление собственного творческого решения.

Уровни освоения программы:

Низкий уровень	Движения ребёнка напряжённые, скованные, плохо скоординированы, реакция на ловлю мяча замедленная. Снижен интерес к подвижным играм, играм с мячом.
Норма (средний уровень)	Действия ребёнка согласованы, менее скованы и напряжены. В играх и игровых упражнениях активен, эмоционален.
Высокий уровень	Правильно выполняет упражнения, действия согласованы, скоординированы. Соблюдает заданный темп и ритм. Ребёнок активен,

Уровень определяется не по одному отдельному заданию, а по устойчивым проявлениям ребёнка в процессе занятий и динамике показателей за период наблюдения. Результаты рассматриваются с обязательным учётом возраста и индивидуальных возможностей обучающегося.