

ПРИНЯТА  
На педагогическом совете  
Протокол № 5 от 16.05.2022г.

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 36»  
Л.А. Кашина

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА -  
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ЗДОРОВЯЧОК  
ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-4 ЛЕТ;  
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад № 36»**

г. Нижний Новгород  
2022г.

## Содержание

1	Пояснительная записка	стр. 2
2	Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной программы	стр. 3
3	Материально-техническое обеспечение	стр. 3
4	Текущий контроль	стр. 4
5	Формы промежуточной аттестации	стр. 4
6	Учебный план	стр. 4
7	Календарный учебный график	стр. 6
8	Рабочая программа	стр. 6
9	Оценочные и методические материалы	стр. 11
10	Учебно-методическое обеспечение	стр. 12

### 1. Пояснительная записка

#### **Программа направлена на:**

Дополнительная общеобразовательная программа «**Здоровячок**» физкультурно-спортивной направленности, ориентирована на физическую деятельность детей в процессе занятий с элементами фитнеса.

#### **Программа разработана в соответствии с:**

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СанПин 2.4.3648-20;
- Постановление Правительства РФ от 15.09.2020 № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. Приказом Министерства просвещения РФ Приказ от 09 ноября 2018 г. № 196);
- Положением об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам МБДОУ «Детский сад № 36»
- Уставом МБДОУ «Детский сад № 36»

**Актуальность программы.** Проблема здоровья подрастающего поколения в последнее время стала очень актуальной, так как обществу нужны творческие, гармонично развитые, активные личности. Занятия с элементами фитнеса, или фитнес - тренировки, - наиболее оптимальный вид занятий, включающий различные виды двигательной деятельности.

**Отличительная особенность программы** детского фитнеса в дошкольном учреждении в том, что он способствует гармоничному развитию души и тела. В нем, в отличие от большого спорта, редко случаются травмы; психика ребенка не травмируется, если он не лучший; нет погони за результатами. Детский фитнес носит адаптирующий характер, поскольку учить жить в социуме, к тому же к каждому ребенку применяется индивидуальный подход.

### 1.2. Основные цели и задачи программы

**Цель:** тренировка всех систем и функций организма детей через специально организованную, оптимальную систему занятий фитнесом.

#### **Задачи:**

- Обогащать двигательный опыт дошкольников новыми двигательными действиями, обучение правильной технике выполнения элементов фитнеса.
- Развивать координационные способности: точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигнал, согласования движений.
- Воспитывать интерес к детскому фитнесу.

### **Принципы программы:**

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

## **2. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной программы**

**Участники программы:** дети 3 – 4 лет

**Срок реализации программы** - 7 месяцев (октябрь-апрель)

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 15 минут (учебный час)

**Наполняемость группы:** 10 человек

**Организация учебно-воспитательного процесса:** групповая

**Способы организации детей:** фронтальный, подгрупповой, индивидуальный.

**Целевые ориентиры:**

**К концу учебного года ребенок (3-4 лет):**

- умеют согласовывать движения и дыхание при выполнении упражнений игрового стрейчинга
- умеют управлять своим телом, а так же правильно дышать
- освоили составные элементы движений

## **3. Материально-техническое обеспечение**

Оборудование	ТСО	Учебно-методический комплекс
Степ – платформа – 10 шт.	Музыкальный центр – 1 шт.	картотека комплексов общеразвивающих упражнений
Обручи 10 шт.	Видео проектор – 1 шт.	картотека комплексов специального воздействия
Гимнастические палки – 10 шт.	Экран – 1 шт.	картотека подвижных игр
Скакалки – 10шт	Ноутбук – 1 шт.	картотека считалок
Набивные мячи большие – 10 шт.		картотека пальчиковой гимнастики
Набивные мячи малые – 10 шт.		картотека дыхательной гимнастики
Мешочки с песком - 10 шт.		картотека массажных игр
Флажки цветные – 10 шт.		консультации, наглядная информация для родителей
Мячи большие 10 шт.		консультации, наглядная информация для педагогов
Мячи средние – 10 шт.		конспекты спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья
Мячи малые – 10 шт.		
Конусы – 10 шт.		
Клавесы (ритмические палочки) 10 шт.		

#### 4. Текущий контроль

##### Формы и методы контроля.

Одной из форм диагностики является педагогический мониторинг. Педагогическая мониторинг - это педагогическая деятельность, направленная на изучение фактического состояния и специфических особенностей субъектов педагогического взаимодействия, а так же на прогнозирование тенденций их развития как основы для целеполагания и проектирования педагогического процесса.

Таким образом, использование в педагогическом процессе технологий образовательного мониторинга позволит решить выявленные проблемы, поскольку мониторинг предполагает:

1. Постоянный сбор информации об объектах контроля, то есть выполнение функции слежения;
2. Изучение объекта по одним и тем же критериям с целью выявления динамики изменений;
3. Компактность, минимальность измерительных процедур и их включенность в педагогический процесс.

**Целью педагогического мониторинга** является отслеживание результатов реализации программы, наблюдение за развитием личности ребенка.

Для отслеживания результатов образовательного процесса используются следующие виды контроля:

- начальный контроль (октябрь)
- итоговый контроль (апрель).

Сводная таблица данных отражает динамику роста овладения детьми навыков. При проведении диагностики следует опираться на следующие принципы:

1. Результаты диагностики не должны получать в мнении педагога эмоциональную или этическую окраску.
2. Результаты диагностики должны рассматриваться как конфиденциальная информация.
3. Педагогическая диагностика осуществляется в привычной для ребёнка обстановке. Во время свободных игр, в режимные моменты, на прогулке или на занятиях воспитатель наблюдает за поведением детей. Результаты своих наблюдений воспитатель фиксирует.

Текущий контроль проводится на каждом занятии. Это оценка качества усвоения изученного материала на занятии каждым ребенком.

Результат фиксируется в «Журнале учета занятий» согласно критериям:

Критерии	Обозначение
Обучающийся полностью усвоил материал	У
Обучающийся частично усвоил материал	Ч
Обучающийся не усвоил материал	Н

#### 5. Формы промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация – это оценка качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы.

Промежуточная аттестация освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы «**Здоровячок**» проводится 1 раз в год по итогам завершения модуля.

Аттестация проводится в форме наблюдения за выполнением задания. Результат фиксируется в протоколе, который хранится один год в методическом кабинете.

#### 6. Учебный план

Подгруппа/возраст	Количество занятий в неделю	Всего занятий в месяц	Всего занятий в год
3-4 года	2/15 мин	8	56

<b>№ п/ п</b>	<b>Месяц</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Формы промежуточной аттестации</b>
1.	Октябрь	«Лесной стадион»	Наблюдение
2.		«Лесной стадион»	Наблюдение
3.		Игровой стретчинг - сказка «Колобок»	Наблюдение
4.		Игровой стретчинг - сказка «Колобок»	Наблюдение

5.		«Поиграй-ка с нами, обруч»	Наблюдение
6.		«Поиграй-ка с нами, обруч»	Наблюдение
7.		«Игровой стретчинг – сказка «Теремок»	Наблюдение
8.		«Игровой стретчинг – сказка «Теремок»	Наблюдение
9.	Ноябрь	«Мы сильные и ловкие!»	Наблюдение
10.		«Мы сильные и ловкие!»	Наблюдение
11.		«Игровой стретчинг – сказка «У солнышка в гостях»	Наблюдение
12.		«Игровой стретчинг – сказка «У солнышка в гостях»	Наблюдение
13.		«Игра с ежиками»	Наблюдение
14.		«Игра с ежиками»	Наблюдение
15.		«Игровой стретчинг – сказка «Репка»	Наблюдение
16.		«Игровой стретчинг – сказка «Репка»	Наблюдение
17.	Декабрь	«Снежинки-пушинки»	Наблюдение
18.		«Снежинки-пушинки»	Наблюдение
19.		«Игровой стретчинг – сказка «Цыпленок и утенок»	Наблюдение
20.		«Игровой стретчинг – сказка «Цыпленок и утенок»	Наблюдение
21.		«В гости к елочке»	Наблюдение
22.		«В гости к елочке»	Наблюдение
23.		«Игровой стретчинг – сказка «Муха–Цокотуха»	Наблюдение
24.		«Игровой стретчинг – сказка «Муха–Цокотуха»	Наблюдение
25.	Январь	Промежуточная аттестация «Открытое занятие «Теремок»	Диагностика
26.		«Палочка-помогалочка»	Наблюдение
27.		«Палочка-помогалочка»	Наблюдение
28.		«Игровой стретчинг – сказка «Сказка о глупом мышонке»	Наблюдение
29.		«Игровой стретчинг – сказка «Сказка о глупом мышонке»	Наблюдение
30.		«Игровой стретчинг – сказка «Мойдодыр»	Наблюдение
31.		«Игровой стретчинг – сказка «Мойдодыр»	Наблюдение
32.		«Нам весело!»	Наблюдение
33.	Февраль	«Нам весело!»	Наблюдение
34.		«Игровой стретчинг – сказка «Сказка об умном мышонке»	Наблюдение
35.		«Игровой стретчинг – сказка «Сказка об умном мышонке»	Наблюдение
36.		«К обезьянкам в гости»	Наблюдение
37.		«К обезьянкам в гости»	Наблюдение
38.		«Игровой стретчинг – сказка «Кто я?»	Наблюдение
39.		«Игровой стретчинг – сказка «Кто я?»	Наблюдение
40.		«Прогулка на цветочную поляну»	Наблюдение
41.	Март	«Прогулка на цветочную поляну»	Наблюдение
42.		«Игровой стретчинг – сказка «Лягушонок и лошадка»	Наблюдение
43.		«Игровой стретчинг – сказка «Лягушонок и лошадка»	Наблюдение
44.		«Мы играем!»	Наблюдение
45.		«Мы играем!»	Наблюдение
46.		«Игровой стретчинг – сказка «На зеленой иголке»	Наблюдение
47.		«Игровой стретчинг – сказка «На зеленой иголке»	Наблюдение
48.		«Мы едем, едем, едем!»	Наблюдение
49.	Апрель	«Мы едем, едем, едем!»	Наблюдение
50.		«Игровой стретчинг – сказка «Как зайцы волка напугали»	Наблюдение
51.		«Игровой стретчинг – сказка «Как зайцы волка напугали»	Наблюдение
52.		«Веселый зоопарк»	Наблюдение
53.		«Веселый зоопарк»	Наблюдение

54.		«Магазин игрушек»	Наблюдение
55.		«Магазин игрушек»	Наблюдение
56.		Открытое занятие «Весеннее путешествие»	Наблюдение

### 7. Календарный учебный график

Длительность занятия	15 мин
Количество занятий в неделю/объем учебной нагрузки (мин)	2/30 мин
Количество занятий в месяц/объем учебной нагрузки (мин)	8/120 мин
Количество занятий в го/объем учебной нагрузки (мин)	56/840 мин
Каникулярное время	Зимние каникулы с 31.12 по 09.01 Летние каникулы с 01.06 по 31.08
Праздничные дни	В соответствии с производственным календарем

### 8. Рабочая программа

Содержание и материал программы дополнительного образования детей организованы в соответствии со стартовым уровнем сложности, который предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Месяц	№ занятия	Тема, цель, задачи
Октябрь	1, 2	<b>«Лесной стадион»</b> <i>Цели и задачи:</i> Привлекать интерес детей к занятиям фитнесом; дать детям эмоциональный заряд бодрости и хорошего настроения; развивать ловкость при подлезание под шнур, прокатывании шариков в ворота, прыжках до предмета, координацию движений, общую и мелкую моторику
	3,4	<b>Игровой стретчинг - сказка «Колобок»</b> <i>Цели и задачи:</i> Вызвать у детей эмоциональный отклик на игровое занятие и желание участвовать в нём; учить выразительно, согласованно и ритмично выполнять движения под музыку; формировать умение выполнять упражнения игрового стретчинга: ходьба, орешек, зайчик, собачка, медвежонок, бег, лисичка, брёвнышко; развивать ловкость, умение быстро реагировать на сигнал, слуховое внимание
	5,6	<b>«Поиграй-ка с нами, обруч!» (с обручами)</b> <i>Цели и задачи:</i> Доставить детям радость и удовольствие в процессе игр, игровых упражнений; содействовать развитию умения согласовывать движения с музыкой; учить детей прокатывать обруч двумя руками перед собой в прямом направлении, пролезать через обручи прямо, прыгать из обруча в обруч; развивать ловкость, быстроту, умение быстро ориентироваться в пространстве; оказывать благоприятное воздействие на состояние всего организма детей
	7, 8	<b>Игровой стретчинг - сказка «Теремок»</b> <i>Цели и задачи:</i> Дать детям эмоциональный заряд бодрости и хорошего настроения; побуждать детей к двигательной активности; учить выразительно, согласованно и ритмично выполнять движения под музыку; формировать умение выполнять упражнения игрового стретчинга: ходьба, лягушка, зайчик, брёвнышко, медвежонок, бег, лисичка; укреплять у детей носоглотку, верхние дыхательные пути.

Ноябрь	9, 10	<p align="center"><b>«Мы сильные и ловкие!» (с гантелями)</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Дать детям эмоциональный заряд бодрости и хорошего настроения; развивать силу и выносливость; учить детей выполнять ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками, упражнять в прыжках из обруча в обруч, пролезании через туннель; учить выполнять движения в соответствии с текстом; укреплять у детей носоглотку, верхние дыхательные пути</p>
	11, 12	<p align="center"><b>Игровой стретчинг - сказка «У солнышка в гостях»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Доставить детям радость и удовольствие в процессе игр, игровых упражнений; содействовать развитию умения согласовывать движения с музыкой; формировать умения и навыки выполнения упражнений игрового стретчинга: ходьба, улитка, птица, пловцы, ёжик, горка, бег, мясц; развивать гибкость в мышцах и суставах; способствовать укреплению мышечного тонуса; учить выполнять движения в соответствии с текстом; развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве; способствовать развитию у детей координации и концентрации внимания</p>
	13, 14	<p align="center"><b>«Игра с ёжиками»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Поддерживать интерес детей к занятиям; закреплять у детей двигательные умения и навыки в наиболее привлекательной для них игровой форме; упражнять в равновесии, прыжках по мягкой поверхности, прокатывании шариков по дорожке; в ходе подвижной игры развивать ловкость и сноровку, внимание; учить выполнять движения в соответствии с текстом, способствовать развитию у детей координации и концентрации внимания</p>
	15, 16	<p align="center"><b>Игровой стретчинг - сказка «Репка»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Формировать у детей потребность в движениях; оказывать благоприятное воздействие на организм детей; содействовать развитию умения согласовывать движения с музыкой; формировать умения и навыки выполнения упражнений игрового стретчинга: ходьба, горка, ванька-встанька, собачка, бег, кошечка, ёжик, орешек; способствовать укреплению мышечного тонуса, улучшению настроения детей; упражнять в перебрасывании мяча через препятствие, подлезании под шнур; укреплять у детей носоглотку, верхние дыхательные пути</p>
Декабрь	17, 18	<p align="center"><b>«Снежинки-пушинки»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Дать детям эмоциональный заряд бодрости и хорошего настроения; учить выразительно, согласованно и ритмично выполнять упражнения под музыку; упражнять в равновесии, прыжках через кубики, пролезании; способствовать развитию у детей координации и концентрации внимания</p>
	19, 20	<p align="center"><b>Игровой стретчинг - сказка «Цыплёнок и утёнок»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Оказывать положительное влияние на общий тонус, настроение детей; развивать чувство ритма и формировать двигательные навыки; закреплять умение выполнять упражнения игрового стретчинга: орешек, петушок, ходьба, улитка, бабочка, качели, пловцы, птичка; способствовать развитию у детей координации и концентрации внимания</p>
	21, 22	<p align="center"><b>«В гости к ёлочке»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Доставить детям радость и удовольствие в процессе игр, игровых упражнений; побуждать детей к двигательной активности; упражнять детей в бросании снежков вдаль одной рукой через препятствие, в прыжках через препятствия, ползании на четвереньках вверх по наклонной доске, ходьбе по скамейке, «змейкой» между предметами, развивать у детей координацию движений под музыку, чувство ритма.</p>
	23, 24	<p align="center"><b>Игровой стретчинг - сказка «Муха-Цокотуха»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Дать детям эмоциональный заряд бодрости и хорошего настроения; развивать чувство ритма и формировать двигательные навыки; развивать силу основных групп мышц, способствовать растяжению и укреплению мышц и связок;</p>

		закреплять умение выполнять упражнения игрового стретчинга: ходьба, бег, пчёлка, бабочка, паук, гусеница, кузнечик, орешек, муравей; развивать ловкость, быстроту, умение быстро ориентироваться в пространстве; оказывать благоприятное воздействие на состояние всего организма детей
Январь	25	<b>Открытое занятие «Теремок»</b> <i>Цели и задачи:</i> Доставить детям радость и удовольствие в процессе игр, игровых упражнений; побуждать детей к двигательной активности, развивать у детей силу, ловкость, координацию движений под музыку, чувство ритма.
	26, 27	<b>«Палочка-помогалочка» (с гимнастическими палками)</b> <i>Цели и задачи:</i> Доставить детям радость и удовольствие в процессе игр, игровых упражнений; развивать чувство ритма и формировать двигательные навыки; развивать координационные способности; содействовать развитию внимания и памяти, формировать умение ориентироваться в пространстве; содействовать профилактике плоскостопия; упражнять в ходьбе по гимнастической палке боком приставным шагом; подлезании под воротиками, перешагивании; развивать у детей координацию движений под музыку, умение сочетать движения с музыкой и словами.
	28, 29	<b>Игровой стретчинг - сказка «Сказка о глупом мышонке»</b> <i>Цели и задачи:</i> Формировать у детей потребность в движениях; оказывать благоприятное воздействие на организм детей; развивать чувство ритма и формировать двигательные навыки; закреплять умение выполнять упражнения игрового стретчинга: птица гусеница, лягушка, пчёлка, лошадка, маятник, петушок, рыбка, кошка; учить выполнять движения в соответствии с текстом; развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве; учить детей регулировать процесс дыхания, концентрировать на нем внимание
	30, 31	<b>Игровой стретчинг - сказка «Мойдодыр»</b> <i>Цели и задачи:</i> Формировать у детей потребность в движениях; оказывать благоприятное воздействие на организм детей; формировать правильную осанку; развивать чувство ритма, образного восприятия музыки; закреплять умение выполнять упражнения игрового стретчинга: лягушка, книжка, колечко, маятник, птица, кошечка, пчёлка, волчок, ящерица, бег; содействовать профилактике нарушений зрения дошкольников.
	32	<b>«Нам весело!» (с воздушными шариками)</b> <i>Цели и задачи:</i> Формировать чувство радости и удовлетворения от выполнения физических упражнений с воздушным шариком; упражнять в подбрасывании на месте, отбивании о пол и ловле воздушного шарика, упражнять в лазании по гимнастической лестнице, развивать ловкость и быстроту, умение быстро находить своё место; научить детей определённым двигательным умениям, а также приемам страховки при работе с тренажерами
Февраль	33	<b>«Нам весело!» (с воздушными шариками)</b> <i>Цели и задачи:</i> Формировать чувство радости и удовлетворения от выполнения физических упражнений с воздушным шариком; упражнять в подбрасывании на месте, отбивании о пол и ловле воздушного шарика, упражнять в лазании по гимнастической лестнице, развивать ловкость и быстроту, умение быстро находить своё место; научить детей определённым двигательным умениям, а также приемам страховки при работе с тренажерами
	34, 35	<b>Игровой стретчинг - сказка «Сказка об умном мышонке»</b> <i>Цели и задачи:</i> Обеспечить двигательную активность, способствующую тренировке всех функций организма учить согласовывать свои движения с движениями товарища; развивать чувство ритма, образного восприятия музыки; закреплять умение выполнять упражнения игрового стретчинга: кошечка, летучая мышь, бег, маятник, горка, птица, ёжик, лягушка, ходьба; содействовать профилактике нарушений зрения дошкольников.

36, 37	<p align="center"><b>«К обезьянкам в гости»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Через воображаемый подражательный образ направлять детей на выполнение движений и на приобретение разнообразных двигательных навыков; содействовать профилактике плоскостопия; упражнять в лазании по наклонной лестнице, спуске по наклонной доске, подтягиваясь руками, прыжках с продвижением по «брёвнышкам», в положении сидя на «брёвнышке», через «удава»; развивать координацию движений, умение сочетать движения с музыкой и словом</p>
38, 39	<p align="center"><b>Игровой стретчинг - сказка «Кто я?»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Дать детям эмоциональный заряд бодрости и хорошего настроения; развивать чувство ритма, образного восприятия музыки; закреплять умение выполнять упражнения игрового стретчинга: ходьба, страус, кошечка, бабочка, бег, носорог, змея, рыбка, лошадка; научить детей определённым двигательным умениям, а также приемам страховки при работе с тренажерами</p>
40	<p align="center"><b>«Прогулка на цветочную поляну»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Доставить детям радость и удовольствие в процессе игр, игровых упражнений; формировать навыки выразительности, пластичности танцевальных движений; развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве; упражнять детей в беге по наклонной доске вниз, ходьбе по «следочкам», удерживая равновесие, пролезании под воротиками, ползании по мягкой поверхности, прыжках на батуте</p>
41	<p align="center"><b>«Прогулка на цветочную поляну»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Доставить детям радость и удовольствие в процессе игр, игровых упражнений; формировать навыки выразительности, пластичности танцевальных движений; развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве; упражнять детей в беге по наклонной доске вниз, ходьбе по «следочкам», удерживая равновесие, пролезании под воротиками, ползании по мягкой поверхности, прыжках на батуте</p>
42, 43	<p align="center"><b>Игровой стретчинг - сказка «Лягушонок и лошадка»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Дать детям эмоциональный заряд бодрости и хорошего настроения; формировать навыки выразительности, пластичности танцевальных движений; закреплять выполнение знакомых упражнений: лягушонок, рак, горка, лисичка, ходьба, ящерица, лошадка, аист, рыбка; развивать координацию движений, умение сочетать движения с музыкой и словом</p>
44, 45	<p align="center"><b>«Мы играем!»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Дать детям эмоциональный заряд бодрости и хорошего настроения; учить детей точно и правильно выполнять движения в гимнастической композиции с палками; упражнять в ходьбе по модулю – брёвнышку, балансирам, через модуль «Частокол», прыжках с продвижением вперёд «змейкой» между стойками, подлезании под препятствие; развивать умение самостоятельно выполнять задания на тренажёрах по заданию взрослого</p>
46, 47	<p align="center"><b>Игровой стретчинг - сказка «На зелёной иголке»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Формировать чувство радости и удовлетворения от выполнения физических упражнений; закреплять умение детей точно и правильно выполнять движения в гимнастической композиции с палками способствовать укреплению мышечного тонуса, улучшению настроения детей; закреплять выполнение знакомых упражнений: горка, ходьба, рак, змея, бег, страус, кошечка, веточка, ящерица; учить выполнять движения в соответствии с текстом, в общем темпе; снять психоэмоциональное напряжение, создать положительный эмоциональный фон; развивать у детей координацию и концентрацию внимания</p>
48	<p align="center"><b>«Мы едем, едем, едем!»</b></p> <p><i>Цели и задачи:</i> Через воображаемый подражательный образ направлять детей на выполнение движений, приобретение разнообразных двигательных навыков; учить согласовывать свои движения с движениями товарища, с музыкой; упражнять в выполнении строевых упражнений; развивать в играх и соревнованиях ловкость, быстроту и умение ориентироваться в пространстве; развивать чувство ритма, выразительность движений</p>

<b>Апрель</b>	49	<b>«Мы едем, едем, едем!»</b> <i>Цели и задачи:</i> Через воображаемый подражательный образ направлять детей на выполнение движений, приобретение разнообразных двигательных навыков; учить согласовывать свои движения с движениями товарища, с музыкой; упражнять в выполнении строевых упражнений; развивать в играх и соревнованиях ловкость, быстроту и умение ориентироваться в пространстве; развивать чувство ритма, выразительность движений
	50, 51	<b>Игровой стретчинг - сказка «Как зайцы волка напугали»</b> <i>Цели и задачи:</i> Формировать чувство радости и удовлетворения от выполнения физических упражнений; закреплять умение детей точно и правильно выполнять движения в гимнастической композиции с палками; способствовать укреплению мышечного тонуса, улучшению настроения детей; закреплять выполнение знакомых упражнений: горка, ходьба, рак, змея, бег, страус, кошечка, веточка, ящерица; снять психоэмоциональное напряжение, создать положительный эмоциональный фон
	52, 53	<b>«Весёлый зоопарк»</b> <i>Цели и задачи:</i> Через воображаемый подражательный образ направлять детей на выполнение движений, приобретение разнообразных двигательных навыков; развивать чувство ритма, выразительность движений, умение сочетать движение со словом и музыкой, воображение; упражнять в ходьбе по балансирам, ползании вверх по наклонной лестнице, пролезании через модуль «Бочка», прыжках через модули.
	54, 55	<b>«Магазин игрушек»</b> <i>Цели и задачи:</i> Через воображаемый подражательный образ направлять детей на выполнение движений, приобретение разнообразных двигательных навыков; учить выражать движения под музыку; развивать чувство ритма, навыки пластичности движений; развивать воображение; закреплять умение детей исполнять муз. - ритм. композиции «Мы-веселые мартышки», «Неваляшка», «Мишка плюшевый», сочетая движения с музыкой и словом; упражнять в подбрасывании и ловле мяча.
	56	<b>Открытое занятие «Весеннее путешествие»</b> <b>Цель:</b> Доставить детям радость и удовольствие в процессе игр, игровых упражнений; побуждать детей к двигательной активности; упражнять детей в построениях в круг, в колонну, в рассыпную, развивать у детей координацию движений под музыку, чувство ритма, ловкость, быстроту, выносливость.

### 9. Оценочные и методические материалы

Промежуточная аттестация «Владение навыками двигательной деятельности» проводится в процессе наблюдения за деятельностью детей делается вывод о достижении воспитанниками планируемых результатов (показателей) освоения программы.

#### **Протокол № 1** **промежуточной аттестации по завершению Модуля дополнительной** **общеобразовательной программы «Здоровячок»**

№ п/п	ФИ ребенка	Показатели							
		Демонстрирует двигательные способности		Выполняет упражнения игрового стретчинга		Выполняет танцевальные и Гимнастические комплексы программы		Проявляет самостоятельность, творческую инициативу, умеет импровизировать	
		Н.г	К.г	Н.г	К.г	Н.г	К.г	Н.г	К.г

1									
2									
3									

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

2 балла - выполняет самостоятельно, при напоминании взрослого

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

Педагогический работник, реализующий дополнительную общеобразовательную программу:

---

(ФИО)

Дата проведения промежуточной аттестации: начало года «\_\_\_» \_\_\_\_\_ года.

конец года «\_\_\_» \_\_\_\_\_ года.

#### **Учебно-методическое обеспечение:**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии - М.: Айрис-пресс, 1999. – 264 с.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
3. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
4. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
5. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
6. Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет.- М.: ТЦ Сфера, 2014.
7. Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг. - М.: ТЦ Сфера, 2012.