Комитет образования Администрации Голышмановского городского округа

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Голышмановский Центр развития ребенка - детский сад №4 «Елочка»

Принят на заседании
педагогического совета
от «_30_» __08__ _2023_ г.
Протокол № 1

Утверждаю
директор Дьяченко И.А.
(ФИО руководителя)
_____
« 30 » 08 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Физкультурно-спортивная
направленность программы
«Крепышок»

Возраст обучающихся: 3-4 года
Срок освоения программы: 1 год
Объем программы: 32 часа

Автор - составитель: инструктор физического воспитания
Саксина А.М.

Уровень программы**:** стартовый

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 41BD323111661ED16A95E407C7C519DC
Владелец: Дьяченко Ирина Александровна
Действителен: с 02.11.2022 до 26.01.2024

р.п. Голышманово 2023

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Крепышок» имеет физкультурно-оздоровительную направленность. Данная программа оформлена в соответствии с письмом Министерства образования и науки Российской федерации от 11.12.2006 года №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей кружка «Крепышок».

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

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

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013г. №1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования»;
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. № 1155 « Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013года № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
4. Санитарные нормы и правила, утвержденные совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпиднадзором.

Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у дошкольников мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

Главной целью физического воспитания в ДОУ является удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, достижение оптимального уровня здоровья и всестороннего двигательного развития. А достижение этой цели невозможно без постоянного поиска новых эффективных и разнообразных форм физкультурно-оздоровительной работы.

План организации всех видов деятельности строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными особенностями воспитанников. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра. С учетом примерного перечня основных видов организованной деятельности, согласно принципу интеграции, физическое

воспитание детей осуществляется при организации трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально- художественной и чтения.

Материальное обеспечение

Помещение для кружка «Крепышок» представляет собой оборудованный физкультурный зал для непосредственно образовательной деятельности. Настоящее положение разработано на основе закона РФ об образовании «Концепции дошкольного воспитания», письмо Министерства РФ «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» от 14.03.2000 г., уставом МАДОУ.

Цель программы: выявление творческий потенциал детей и развитие их двигательные способности, содействие всестороннему развитию личности дошкольника через развитие его творческих способностей, определение значимости секционной работы в развитии физических способностей детей.

Задачи программы

Оздоровительные

1. Формировать навыки самовыражения через движение посредством музыки;
2. Развивать физические качества – гибкость, силу, выносливость, координационных способностей;
3. Формировать пластичность, грациозность у девочек, мужественность у мальчиков;
4. Развивать чувство ритма, внимания, умение согласовывать движения с музыкой, предметную ловкость;
5. Укреплять здоровье воспитанников, в поддержании физической и умственной работоспособности активности.

Образовательные

1. Формировать устойчивый интерес к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
2. Формировать у воспитанников культуры общения и поведения во время занятий.

Развивающие:

1. Развивать познавательный интерес к особенностям движений и передвижений человека, о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля над деятельностью этих систем.
2. Развивать мотивации к здоровому образу жизни как к норме и стилю жизни, способствующие максимальной реализации факторов устойчивости.

Воспитательные

1. Воспитывать положительных морально-волевых качеств.

Актуальность программы

Актуальность данной программы заключается в воспитании физически и психически здорового человека через игровую деятельность. Игровая деятельность вызывает активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, о физических качествах своего тела, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. Во время игровой деятельности ребенок акцентирует свое внимание на движение своего тела, что и как работает, от чего это происходит и зависит.

Принципы реализации программы

1. Принцип научности предполагает построение занятий в соответствии с закономерностями социализации, психического и физического развития ребенка.
2. Принцип систематичности обуславливает необходимость последовательности, преемственности и регулярности при формировании у детей знаний, двигательных умений, навыков. Заключается в непрерывности, планомерности использования средств, во всех возможных формах их проявления в течении всего курса занятий.
3. Принцип постепенности определяет необходимость построения занятий физическими упражнениями в соответствии с правилами: «от известного к неизвестному», «от простого к сложному».
4. Принцип доступности – изучаемый материал должен быть легким, гарантирующим свободу в учении и одновременно трудным, чтобы стимулировать мобилизацию сил занимающихся.
5. Принцип учета возрастного развития движений предусматривает степень развития основных движений у ребенка, его двигательных навыков.
6. Принцип чередования нагрузки важен для предупреждения утомления детей и для оздоровительного эффекта от выполнения физических упражнений.
7. Принцип наглядности играет важную роль в обучении движениям и является неотъемлемым условием совершенствования двигательной деятельности. Процесс строится с использованием всех видов наглядности: зрительной, звуковой, тактильной и двигательной.
8. Принцип сознательности и активности предполагает формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых движений, привитие навыков, самоконтроля действий в процессе занятий, развитие сознательности, инициативы и творчества.

Структура программы

Программа включает в себя широкое использование стихов, загадок, песен, соответствующих сюжету занятия, которые предполагается разучивать во второй половине дня. Предполагается раздача детям домашних заданий: выполнения рисунков, тематически связанных с предстоящим сюжетным занятием, прочитать сказки соответствующего сюжетного содержания. Подобные домашние задание наряду с двигательными (например, выполнить

то или иное упражнение комплекса) могут привлечь внимание родителей к физическому воспитанию детей, заинтересовать их успехами ребенка.

В процессе обучения дети знакомятся с новыми движениями и закрепляют физические качества, координационные способности, учатся слушать музыку выполнять в соответствии с текстом и мелодией различные упражнения, учатся произвольно расслаблять мышцы.

Подготовительная часть занятия эмоционально настраивает детей на занятие, активизирует, готовить их организм к предстоящей нагрузке. В этой части занятия создается игровая мотивация и ставиться игровая задача. На некоторых занятиях мотивировка двигательной деятельности, основная на игре, переноситься на начало основной части, а привлечение детей к выполнению упражнений носит опосредованный характер: музыкальное сопровождение, звучание бубна, напоминающее знакомые упражнения и др.

В основной части сюжетного занятия с детьми разучиваются и закрепляют их, развивают физические качества, координационные способности. Для этой части занятия характерна кульминационная насыщенность сюжета.

В заключительной части занятия происходит постепенный переход от усиленной мышечной деятельности к спокойному состоянию, продолжается общение детей с игровыми персонажами, появляется настрой на самостоятельную игру.

Категория воспитанников.

Набор детей в спортивный кружок проводится в свободной форме по договору об оказании платных услуг с родителями (законными представителями). Ведется набор детей обоего пола без требований к уровню подготовки.

Рекомендуемая наполняемость групп 12-15 человек.

Возрастные особенности:

в этом возрасте ребенок должен:

- задействовать в играх обе руки;
- ходить на носочках;
- делать различные виды шагов: широкие и мелкие, приставные и в прискоке;
- ходить и бегать, управляя темпом (быстро, умеренно, медленно);
- ходить и бегать в заданном направлении (прямо, змейкой, по кругу, между предметами);
- ходить и бегать, держась крепко за руки;
- прыгать на месте, продвигаясь либо вперёд, либо назад, через невысокие и недлинные препятствия;
- достаточно точно бросать мяч в определённую цель, ловить его пока ещё только двумя руками;
- принимать активное участие в спортивных, танцевальных, играх;
- последовательно выполнять разнообразные двигательные действия;
- управлять телом — удерживать равновесие при ходьбе по наклонной поверхности;

- хорошо ходить спиной вперёд.

Программа рассчитана на 32 часа.

Методы обучение

Словесные	Наглядные	Практические
устное изложение, беседа, объяснение	показ педагогом приёмов выполнения движения	Тренинг, выполнение основных видов движений, игры.

Тип ОД: комбинированный.

Режим занятий 1 занятие в неделю, в месяц 4 занятия.

Форма обучения: очная.

Формы организации деятельности воспитанников во время НОД: индивидуально-групповая.

Этапы реализации программы

Рабочая программа рассчитана на один год.

У детей в возрасте 3-4 лет формируются навыки владения спортивным инвентарем, складываются простейшие представления о спортивных играх, навыки владения своим телом во время спортивной игры.

Информационно-образовательная работа с детьми

1. Осмотр детей медсестрой ДОУ и педиатром детской поликлиники.
2. Обследование детей, предварительная и итоговая диагностика.

Учебно-тематический план

№	**Наименование разделов и тем**	**Основные виды деятельности**	**Количество часов**
1.	Формирующие виды двигательной деятельности	Упражнения на осанку, профилактику плоскостопия, укрепление «мышечного корсета» туловища, упражнения для развития зрительно-двигательной ориентировки.	***6***
2.	Общая физическая подготовка	Упражнения для укрепления мышц рук, ног, спины, брюшного пресса.	***6***
3.	Развитие двигательных качеств	Все виды игр и эстафет, специальные упражнения на развитие двигательных качеств: сила, гибкость, ловкость и т.д.	***8***
4.	Игры	Подвижные игры:	***12***

		- общего характера; - специального характера; - игры с гимнастическим инвентарем.	
	Итого:		32 часа

Взаимодействие с родителями

Взаимоотношения с родителями строятся на основе родительского договора и договора об оказании платных услуг.

Процесс физкультурно-оздоровительной работы с семьей включает:

1. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.
2. Консультации для родителей о приемах и методах оздоровления ребенка.

<u>Планируемые результаты освоения программы:</u>

Предметные:

- ребенок проявляет любознательность, активность, эмоциональную отзывчивость,
- умеет управлять своим поведением,
- сформированы физические качества: быстрота, ловкость, умение высоко и далеко прыгать, владеть мячом, обручем, умение далеко и высоко метать мяч, исполнять несложные ритмические танцы под музыку,
- у родителей сформировать интерес к физическому развитию ребенка и педагогическую компетентность, а также желание активно участвовать в физическом развитии своих детей в домашних условиях.

Метапредметные:

- овладевает способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления,
- осваивает способы решение проблем поискового характера,
- формируются умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации,
- формируется умение понимать причины успеха/неуспеха деятельности.

Личностные:

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов деятельности,
-формирование личностного смысла учения,
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками.

Календарный учебный график

№	Дата	Название темы	Содержание работы	Количество часов			Формы контроля
				Всего	Теория	Практика	

1	**Октябрь.**	Мой веселый звонкий мяч	Знакомство с расписанием кружка, с формой одежды для занятий. (Устная консультация, памятки) Изучение упражнений для сохранения равновесия при ходьбе по ограниченной площади, закрепление умения прокатывать мяч в определенном направлении, подбрасывание и ловля мяча, не прижимая его к груди; совершенствование навыков выполнения упражнений с мячами.	1час	8-10мин	20-20 мин	Наблюдение, контроль
2		Веселые воробышки.	Изучение упражнений для сохранения равновесия в ходьбе по ограниченной площади; имитация повадок птиц; закрепление умения прыгать на двух ногах; совершенствование навыков ходьбы и бега; обогащение жизненного опыта детей знакомство с окружающим миром.	1 час	8-10мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
3		Волшебное колесо.	Изучение упражнений для сохранения равновесия при ходьбе по ограниченной площади; закрепление умения прыгать на обеих ногах с продвижением вперед; совершенствование навыков действии с обручами.	1 час	8-10мин	20-22мин	Наблюдение, контроль
4		Развлечение №1 «Поиграем?»	Обучение детей выполнению выразительных движений в соответствии с	1 час	8-10мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль

			музыкой, закрепление выполнения основных видов движений осознанно, быстро и ловко, обучение играм с элементами соревнования.				
5	**Ноябрь.**	Встреча с грибом боровиком.	Обучение ходьбе по ограниченной поверхности, сохранение равновесия, закрепление навыков ползания, совершенствование навыков прыжков на двух ногах через гимнастические палки, продолжение знакомства с окружающим миром, разгадывание загадок.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
6		Ежик, ежик, ни головы, ни ножек.	Метание шишек на дальность, разгадывание загадок, развитие глазомера, фантазии, закрепление умения сохранять равновесие при ходьбе между кубиками, совершенствование навыков ходьбы и бега, продолжение знакомства детей с окружающим миром.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
7		Мы – медвежата.	Обучение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади, закрепление навыков лазанья по гимнастической стенке, совершенствование навыков ходьбы и бега, воспитание любви к природе и бережное к ней отношение**.**	1 час	8-10 мин	20-22мин	Наблюдение, контроль
		Развлечение №2	Выполнение выразительных	1 час	8-10 мин	20-22м	Наблюдение, контроль

		«Поиграем?».	движений в соответствии с музыкой, закрепление выполнения основных движений осознанно, быстро и ловко, обучение играм с элементами соревнования.			ин	
	Декабрь.	Мы веселые игрушки.	Закрепление умения подлезать под препятствия ограниченной высоты (в приседе, в положении лежа), совершенствование умения сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
		В гости к снеговику.	Выполнение упражнения в паре, согласованно с партнером, закрепление умения подлезать под дугу, не касаясь руками пола, совершенствование навыка прыжков в длину ходьбы и бега по ограниченной площади.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
		В лес за елкой.	Обучение метанию, развитие глазомера, закрепление навыков ходьбы между предметами, сохранение равновесия, совершенствование навыков ходьбы и бега, обогащение эмоционального опыта.	1 час	8-10 мин	20 - 22мин	Наблюдение, контроль
		Путешествие в Сказкоград (развлечение для детей	Укрепление взаимоотношений между детьми и родителями, формирование	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль

		и родителей).	элементов ЗОЖ в семьях, воспитание интереса к спортивным развлечениям.				
	Январь.	Мы – пловцы.	Сохранение равновесия при ходьбе по ограниченной плоскости, спрыгивание на мат, слегка сгибая ноги в коленях, закрепление умения ползать на спине, отталкиваясь руками и ногами, совершенствование двигательных навыков, развитие фантазии.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
		Летчики.	Обучение прыжкам на двух ногах с продвижением вперед, закрепление навыков бега по ограниченной площади, совершенствование навыков выполнения упражнений с обручами, продолжение знакомства с профессиями.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
		Веселые кегли.	Обучение сохранению равновесия при ходьбе и беге между предметами, закрепление умения прокатывать мяч ногой между предметами, совершенствование навыков ходьбы и бега, развитие глазомера.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
		Развлечение № 4 «Поиграем?».	Выполнение выразительных движений в соответствии с музыкой, закрепление выполнения основных видов движений осознанно, быстро и	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль

			ловко, обучение играм с элементами соревнования.				
	Февраль.	К нам пришел доктор Пилюлькин.	Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди движением локтей снизу вверх, закрепление умения пробегать под вращающейся скамейкой, совершенствование навыков подлезания под дугу и гимнастическую скамейку, развитие интереса к занятиям физкультурой.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
		Путешествие на поезде.	Знакомство с разнообразными видами ходьбы, закрепление умения сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади, совершенствование навыков ползания и прыжков на ногах с продвижением вперед, продолжение знакомства с окружающим миром.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
		Защитники Отечества.	Развитие смелости и решительности, выносливости, закрепление умения играть в эстафеты, повышение Наблюдение, контроль педагогической компетентности родителей в физическом воспитании детей.	1 час	8-10мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
		Развлечение №5 «Поиграем?».	Выполнение выразительных движений в соответствии с музыкой, закрепление	1 час	8-10 мин	20-22мин	Наблюдение, контроль

			выполнения основных видов движений осознанно и ловко, обучение играм с элементами соревнований.				
	Март.	Весна в лесу.	Сохранение равновесия при ходьбе по ограниченной плоскости, закрепление навыков спрыгивания на мягкую поверхность, совершенствование навыков ползания.	1 час	8-10 мин	20-22мин	Наблюдение, контроль
		В гости к солнышку	Сохранение равновесия при ходьбе по ограниченной плоскости, закрепление умения прыгать на двух ногах, пролезая в обруч, не задевая верхний край спиной и пол – руками, совершенствование навыков выполнения упражнений с обручами.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
		Вперед на пляж	Спрыгивание со скамейки на мягкую поверхность, слегка сгибая колени, закрепление умения ползать на животе, совершенствование навыков ходьбы и бега, способствование развитию фантазии.	1 час	8-10мин	20-22мин	Наблюдение, контроль
		Развлечение №6 «Поиграем?».	Выполнение выразительных движений в соответствии с музыкой, закрепление выполнения основных видов движений осознанно, быстро и ловко, обучение играм с элементами соревнований.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль

	Апрель.	Мы - Веселые петрушки.	Сохранение равновесия при ходьбе, боком по ограниченной площади, закрепление умения действовать с мячом, совершенствование навыков ходьбы и бега, воспитание интереса к физкультурным занятиям	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
		Юные космонавты.	Сохранение равновесия, закрепление навыков подбрасывания и ловли мяча, совершенствование навыков метания, развитие глазомера.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
		Репка.	Обучение сохранять равновесие при ходьбе между предметами, закрепление навыков ползания под дугами, не задевая край дуги спиной, совершенствование навыков прыжков через препятствия, развитие фантазии.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
		Развлечение №7 «Поиграем?».	Обучение выполнению выразительных движений в соответствии с музыкой, закрепление выполнения основных видов движений осознанно, быстро и ловко, обучение играм с элементами соревнования.	1 час	8-10 мин	20-22мин	Наблюдение, контроль
	Май.	В гости к ежику	Обучение сохранению равновесия на ограниченной поверхности и приподнятой площади; закрепление умения спрыгивать с высоты 30-50 см;	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль

			совершенствование навыков подлезания под дуги правым и левым боком, не касаясь руками пола.				
		Цыплята	Обучение прыжкам в длину с места, закрепление умения правильно занимать исходное положение и правильно выполнять замах при метании вдаль из свободной стойки (рука поднимается вверх и назад); совершенствование навыков сохранения равновесия при ходьбе по ограниченной площади.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль
		Туристы	Выполнение действий по сигналу инструктора, совершенствование двигательных умений и навыков.	1 час	8-10 мин	20-22мин	Наблюдение, контроль
		Итоговое занятие. Развлечение «Приключение в стране сказок»	Активное использование приобретенными двигательными навыками: бег с высоким подниманием колена, сменой направления, работа с обручем, способствование возникновению у детей радостных эмоций от двигательной деятельности, знакомство родителей с результатами деятельности кружка, повышение педагогической компетенции родителей воспитанников.	1 час	8-10 мин	20-22 мин	Наблюдение, контроль

Организация проведения мониторинга

В настоящее время дошкольные учреждения работают по различным образовательным программам. Практически все программы предусматривают необходимость контроля физической подготовленности детей, осуществляемого с помощью тестов (контрольных упражнений). Тесты – это стандартизированные по содержанию, форме и условиям выполнения двигательные действия.

Для внедрения в практику данного тестирования возникла необходимость создания методического аппарата к ним, так проведение тестирования обусловлено своей спецификой. Мы предполагаем, что организационно-методические условия составляют: соблюдение общих требований к тестированию; подготовка мест и условий к выполнению тестирования; организация и порядок проведения тестирования; оформление документации.

Организация проведения диагностики

В настоящее время дошкольные учреждения работают по различным образовательным программам. Практически все программы предусматривают необходимость контроля физической подготовленности детей, осуществляемого с помощью тестов (контрольных упражнений). Тесты – это стандартизированные по содержанию, форме и условиям выполнения двигательные действия.

Для внедрения в практику данного тестирования возникла необходимость создания методического аппарата к ним, так проведение тестирования обусловлено своей спецификой. Мы предполагаем, что организационно-методические условия составляют: соблюдение общих требований к тестированию; подготовка мест и условий к выполнению тестирования; организация и порядок проведения тестирования; оформление документации.

Мониторинг (вторая младшая группа)

Показатели развития	Дата проведения	
	Начало года	Конец года
	Оценка в баллах	
1.<u>Ходьба</u> (ходить прямо, не шаркая, сохраняя заданное направление (по прямой, по кругу, змейкой, врассыпную) ***3 балла*** *– навыки сформированы, выполняет всегда правильно;* ***2 балла –*** *умеет, иногда требуется напоминание взрослого;* ***1 балл*** *– навыки сформированы частично, обычно*		

требуется напоминание взрослого.		
2.Бег (бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп) ***балла** – навыки сформированы, выполняет всегда самостоятельно;* ***балла** – умеет, иногда требуется напоминание взрослого;* ***1 балл** – навыки сформированы частично, обычно требуется напоминание взрослого.*		
3.Лазанье (ползание на четвереньках, подлезание под препятствие, пролезание в обруч**)** ***3 балла** – навыки сформированы, выполняет всегда самостоятельно;* ***2 балла** – умеет, иногда требуется помощь взрослого;* ***1 балл** – навыки сформированы частично, обычно требуется помощь взрослого.*		
4.Катать мяч в заданном направлении: ***3 балла** – навыки сформированы, выполняет всегда самостоятельно;* ***2 балла** – умеет, иногда требуется помощь взрослого;* ***1 балл** – навыки сформированы недостаточно, обычно требуется помощь взрослого.*		
5.Бросать мяч двумя руками (от груди, из-за головы, вверх) и ловить его: ***3 балла** – навыки сформированы, выполняет всегда самостоятельно;* ***2 балла** – умеет, иногда требуется помощь взрослого;* ***1 балл** – навыки сформированы недостаточно, обычно требуется помощь взрослого;* ***баллов** – не выполняет.*		
6.ОРУ (выполняет четко и ритмично, в заданном темпе, по показу) 3 балла – полностью правильно; 2 балла - *частично правильно;* ***1 балл** – в основном неправильно.*		
7.Участие в подвижных играх 3 балла – всегда активно участвует; 2 балла - часто участвует; 1 балл - иногда принимает участие.		
Итоговая сумма		
Комплексная оценка по ОО «Физическая культура» 1 балл (требуется внимание специалиста) – итоговая сумма менее 7; 2 балла (требуется корректирующая работа педагога) -		

итоговая сумма 7-9; 3 балла (средний уровень развития) - итоговая сумма 10-14; 4 балла (уровень развития выше среднего) - итоговая сумма 15-18; 5 баллов (высокий уровень развития) - итоговая сумма 19-21.		
Уровень освоения программы «Физическая культура»		

Таблица оценок физической подготовленности
детей 3-7 лет в ДОУ (Мальчики)

Тесты	Воз-раст	Высокий	Выше среднего	Средний	Ниже среднего	Низкий
		5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
Бег на 30 метров со	3	13.5 и ниже	13,6-13.9	14,0-14.5	14,6-15,0	15. 1и выше
	4	8.0 и ниже	8,1-8.5	8,6-9,1	9.2-9,7	9.8 и выше
	5	6.9 и ниже	7.0-7,5	7.6-8,1	8.2-8,7	8.8 и выше
	6	6,4 и ниже	6,5-6,8	6.9-7,5"	7.6-8.3	8.4 и выше
Бег на 10 метров с хода (сек)	3					
	4	2,4 и ниже	2,5-2,9	3,0-3,4	3,5-4,7	4,8 и выше
	5	2,1 и <	2,2-2,4	2,5-3,0	3,1-4,1	4,2 и >
	6	2,0 и ниже	2,1-2,3	2,4-2,8	2,9-3,0	4,0 и выше
Метание мешочка с песком на дальность (м)	3	4 и больше	3,5	3,0	2,5	2 и меньше
	4	5 и больше	4.5	4.0	3,5	3 и меньше
	5	6 и больше	5,5	5,0	4.5	4 и меньше
	6	7,5 и больше	7,0	6,5	5,5	5 и меньше
Прыжки в длину с	3	45 и дальше	40-35	30-25	25-20	20 и ниже
	4	85 и дальше	74-84	63-73	49-62	48 и ниже
	5	105 и дальше	94-104	83-93	69-82	68 и ниже
	6	122 и дальше	109-121	96-108	80-101	85 и ниже
Статистическое равновесие (сек)	3	5.1 и больше	4,7	4,3	3,8	3,3 и меньше
	4	1 1 ,0 и больше	10.0	9.0	8,0	7.0 и меньше
	5	35, 0 и больше	33,0	30,0	28.0	25,0 и меньше
	6	50,0 и больше	47,0	44,0	41,0	38,0 и меньше

Бросок набивного мяча из-за головы (см.)	5	230 и дальше	183-207	160-184	159-161	158 и меньше
	6	300 и дальше	217-259	176-218	174-177	173 и меньше
Бег на выносливость (90, 120, 150 м.), (сек.)	4	28,4 и меньше	28,5-31,5	31,6-34,6	37,7-38,8	38,9 и больше
	5	30,6 и меньше	30,7-33,0	33,1-36,0	36,1-38,5	38,6 и больше
	6	33,9 и меньше	34,0-36,9	37,0-39,0	39,1-41,5	41,6 и больше
	Итоговая оценка по уровням					
Уровни		Высокий	Выше среднего	Средний	Ниже среднего	Низкий
	3	от 18 до 20	от 13 до 17	от 8 до 12	от 5 до 7 баллов	4 и менее баллов
	4	от 28 до 30	от 19 до 27	от 11 до 18	от 7 до 10 баллов	6 и менее баллов
	5	от 32 до 35	от 21 до 31	от 13 до 20	от 8 до 12 баллов	7 и менее баллов
	6	от 32 до 35	от 21 до 31	от 13 до 20	от 8 до 12 баллов	7 и менее баллов

Таблица оценок физической подготовленности
детей 3-7 лет в ДОУ (Девочки)

Тесты	Воз-раст	Высокий	Выше среднего	Средний	Ниже среднего	Низкий
		5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
Бег на 30 метров со старта (сек)	3	13,5 и ниже	13.6-13,9	14.0-14.5	14.6-15.0	15,1 и выше
	4	8,3 и ниже	8.4-8,8	8.9-9,4	9,5-10,1	10,2 и выше
	5	7,2 и ниже	7.3-7,8	7,9-8,4	8,5-9.2	9,3 и выше
	6	6,8 и ниже	6,9-7.3	7,4-7.9	8,0-8.7	8.8 и выше
Бег на 10 метров с хода (сек)	3					
	4	2,6 и меньше	2,7 – 3,0	3,1- 3,7	3,8-5,0	5,1 и больше
	5	2,2 и меньше	2.3 – 3.1	3.2-3,1	3.2-4,3	4,4 и больше
	6	2.1 и меньше	2.2- 2,4	2,5-3,0	3,1-4,1	4.2 и больше
Метаниемешочка с песком на дальность (м) мешочка (м)	3	4 и больше	3,5	3,0	2,5	2 и меньше
	4	5 и больше	4.5	4.0	3,5	3 и меньше
	5	6 и больше	5,5	5,0	4.5	4 и меньше
	6	7,5 и больше	7,0	6,5	5,5	5 и меньше
Прыжки в длину с места (см) длинуместа (см)	3	45 и дальше	40-35	30-25	25-20	20 и ниже
	4	80 и дальше	68-79	56-67	42-55	41 и ниже
	5	95и дальше	84-94	73-83	56-72	55и ниже
	6	110и дальше	99-109	88-98	74-87	73 и ниже
Статистическое равновесие (сек)	3	8,1 и больше	7.5	5.5	4,8	5.2и меньше
	4	14,0 и больше	12,0	11,0	10.0	9.4 и меньше
	5	40, 0 и больше	30,0	33.0	32.0	35,0 и меньше
	6	50,0 и больше	48,0	45.0	43,0	40,0 и меньше

Бросок набивного мяча из-за головы (см.)	5	225 и дальше	224-200	199-175	174-150	149 и меньше
	6	280 и дальше	279-243	242-206	205-169	168 и меньше
Бег на выносливость (90, 120, 150 м.), (сек.)	4	28,7 и меньше	28,8-31,8	31,9-34,9	35.0-39,1	39,2 и больше
	5	30,2 и меньше	30,3-33.2	33,3-36,0	36,1-40,7	40,8 и больше
	6	34,9 и меньше	35,0-38,1	38,2-41,0	41,1-43,8	43,9 и больше

Методическая литература

1. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. Книга для воспитателя детского сада.// М.: Просвещение, 1992. – 159 с.

2. Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг // М.: ТЦ Сфера, 2010. – 112 с.

3. Верхолазина Л.Г., Заикина Л.А. Гимнастика для детей 5-7 лет: программа, планирование, конспекты занятий, рекомендации // Волгоград: Учитель, 2013. – 126 с.

4. Гризик, Доронова, Якобсон: Радуга. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования. Проект. ФГОС // Просвещение, 2014. – 350 с.

5. Дворкина Н.И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3-6 лет на основании подвижных игр: учебно-методическое пособие // М.: Советский спорт, 2005. – 184 с.

6. Железняк Н.Ч. Занятия на тренажерах в детском саду. // Скрипторий 2003. – 120 с.

7. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: из опыта работы // Воронеж: ЧП Лакоценин С.С., 2007. – 176 с.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Е.И. Горячева
«___»_____20__ г.

Экспертный лист оценки качества
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Автор (ы)- составитель (и) программы: Саксина Алина Михайловна
Название программы: «Крепышок»
Направленность программы Физкультурно-спортивная
Форма реализации программы: очная
Целевая группа (возраст детей, особенности образовательных потребностей и возможностей): дошкольники 3-4 лет
Срок реализации программы: 1 год
Ф.И.О. эксперта _____
Дата проведения экспертизы _____

№ п/п	Позиция оценивания	Степень выраженности показателя в программе		
		Выражено в полной мере – 2 балла	Частично выражено – 1 балл	Не выражено -0 баллов
Группа 1. Качество оформления дополнительной общеобразовательной программы				
1.1.	Титульный лист содержит элементы: - наименование образовательной организации; - гриф утверждения программы (с указанием даты и номера приказа); - название программы; - уровень программы; -направленность программы; -адресат программы (возраст детей); -срок реализации программы; - ФИО, должность разработчика(ов) программы; -город и год разработки программы.	*		
1.2.	Программа оформлена в соответствии с требованиями (ГОСТ Р 7.0.97-2016,	*		

	Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)», локальный документ учреждения).			
1.3.	Структура программы содержит следующие элементы: комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты), организационно-педагогических условий и в случаях, предусмотренных Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ, форм аттестации, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика, рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), иных компонентов, а также оценочных и методических материалов.	*		
1.4.	Изложение содержания программы выполнено профессионально грамотно, отмечается логика, последовательность, аргументированность, системность, научно-методическая обоснованность, соответствие учебному плану; стилистика изложения программы: официально-деловой стиль документа. Современность и обоснованность использования педагогической терминологии. Оптимальность объема программы. Четкая структура и логика изложения.	*		
Группа 2. Качество содержания дополнительной общеобразовательной программы				
Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»				
2.1.	***Пояснительная записка*** содержит все основные компоненты: - направленность программы; - нормативно-правовые основы реализации; - новизну, актуальность разработки программы; -педагогическую целесообразность; - возможность реализации индивидуального образовательного маршрута, обучающегося; - адресат программы (краткая характеристика обучающихся, возрастные особенности, иные медико-психолого-педагогические характеристики); - объем и срок освоения программы (общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы, продолжительность программы);		*	

	- формы обучения, особенности организации образовательного процесса; - количество обучающихся в группе; - режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.			
2.2.	***Цель*** связана с названием программы, отражает ее основную направленность и желаемый конечный результат (личностные, метапредметные, предметные); цель конкретизирована через задачи; формулировки задач соотнесены с планируемыми результатами.	*		
2.3.	***Планируемые результаты*** сформулированы с учетом цели программы как требования к знаниям и умениям, приобретаемым в процессе занятий по программе, компетенции и личностные качества, которые могут быть сформированы и развиты в результате занятий по программе, личностные, метапредметные, предметные результаты, которые приобретет обучающийся по итогам освоения программы.	*		
2.4.	***Учебный план*** содержит: - перечень разделов тем; - количество часов по каждой теме с разбивкой на теоретические и практические виды занятий; - формы аттестации и контроля по каждой теме; - оформлен в табличной форме.	*		
2.5.	***Содержание программы (учебного плана)*** - дано описание разделов и тем программы в соответствии с последовательностью, заданной учебным планом, включая описание теоретических и практических частей и форм контроля по каждой теме, соответствующих цели и планируемым результатам освоения программы. *Примечание: если программа реализуется более одного года, учебно-тематическое планирование представляется на каждый год освоения после планируемых результатов.*		*	
Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»				
2.1.	***Календарный учебный график*** определяет количество учебных недель, даты начала и окончания реализации программы, ее модулей, последовательность реализации содержания учебного плана.	*		
2.2.	***Формы аттестации*** представлены согласно учебному плану (зачет, мониторинг и др.). формы отслеживания, фиксации, предъявления и	*		

	демонстрации образовательных результатов, и оценочные материалы позволяют оценить достижение цели и задач программы. Разработан мониторинг эффективности реализации программы. Созданная система оценочных средств позволяет проконтролировать каждый заявленный результат обучения, измерить его и оценить. Представленные оценочные материалы соответствуют уровню программы, возрастным особенностям обучающихся. Наличие оценочных материалов (пакет диагностических методик, контрольно-измерительные материалы, позволяющие определить достижение учащимися планируемых результатов).			
2.3.	***Методические материалы*** представлены в виде описания методики работы (особенности организации образовательного процесса, методы обучения, формы организации учебного занятия, педагогические технологии, алгоритм учебного занятия, дидактические материалы) соответствуют современным требованиям и обеспечивают достижение планируемых результатов. Организация работы с обучающимися вне учебного плана (воспитательная работа в рамках реализации программы). Наличие методических и дидактических материалов (положения, рекомендации, учебные пособия, разработки занятий, наглядный материал и др.).			*
2.4.	***Материально-техническое обеспечение*** прописано через характеристику помещения для занятий по программе, перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы, обеспечивает достижение планируемых результатов.		*	
2.5.	***Информационное обеспечение*** (аудио-, видео-, фото-, интернет источники) актуально и обеспечивает достижение планируемых результатов.		*	
2.6.	***Кадровое обеспечение программы.*** Указан квалификационный уровень педагога дополнительного образования. Указаны другие специалисты, привлекаемые для реализации программы (в случае необходимости).			*
2.7.	Представлен структурированный список литературы: в том числе нормативно-правовые документы, основная и дополнительная литература, список литературы для обучающихся, родителей, в том числе интернет-источники; список оформлен по ГОСТ.		*	

Группа 3. Доступность реализации дополнительной общеобразовательной программы для различных категорий обучающихся				
3.1.	Разноуровневость построения и реализации программы.			
3.2.	Содержание программы предусматривает участие обучающихся в соответствии с образовательными возможностями и потребностями конкретной категории обучающихся (детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья, талантливых (одаренных, мотивированных) детей, детей, находящихся в трудной жизненной ситуации).	*		
3.3.	Организация образовательной деятельности на основе модульного принципа построения учебных планов и содержания программы.		*	
3.4.	Наличие возможности выстраивания индивидуальных образовательных маршрутов и/или траекторий для различных категорий детей в соответствии с образовательными потребностями и возможностями , возможности выбора режима и темпа освоения программы.		*	
3.5.	Использование дистанционных образовательных технологий и/или электронного обучения			*
3.6.	Сетевой характер реализации программы с использованием разнообразных ресурсов сетевых партнеров (организаций науки, культуры, спорта и физической культуры, общественных детско-взрослых сообществ и сетевых профессиональных сообществ, сферы бизнеса).			*
3.7.	Проектирование содержания и технологий реализации программы с учетом национальных, региональных и этнокультурных особенностей.	*		
	ИТОГО	30		

Оценочная шкала:
32-46 баллов - программа рекомендована к реализации;
22-31 балл - программа рекомендована к реализации при наличии незначительных недостатков;
16-20 баллов - программа рекомендована к реализации при устранении недостатков;
Менее 16 баллов - программа требует значительной доработки и не рекомендована к реализации.

Эксперт _____/ _____

Дата: _____