

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение № 130 г. Липецка

Принята
на заседании Педагогического совета
протокол от 29.08 2024 г. № 1

Утверждена
Заведующей ДОУ
Т.П. Бутова
приказ № 117 от 29.08.2024 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА
социально-гуманитарной направленности
«КАЛЕЙДОСКОП ДВИЖЕНИЙ»**

Возраст обучающихся: 3-4 года
Срок реализации программы:
9 месяцев

Составитель:
педагог
Хрюкина Ольга Владимировна

Липецк, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка	
1.1.	Актуальность программы.....	5
1.2.	Направленность программы	6
1.3.	Отличительные особенности.....	6
1.4.	Адресат программы.....	6
1.5.	Объем программы.....	7
1.6.	Образовательные форматы.....	7
1.7.	Срок освоения программы.....	7
1.8.	Уровень освоения.....	7
1.9.	Цель и задачи программы.....	7
1.10.	Условия реализации.....	7
1.11.	Планируемые результаты.....	8
2.	Содержание программы	
2.1.	Учебный план.....	8
2.2.	Календарный учебный график.....	12
3.	Формы итогового и промежуточного контроля.....	12
4.	Методическое обеспечение дополнительной общеразвивающей программы.....	12
5.	Список литературы.....	13

ПАСПОРТ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение № 130
г. Липецк

Полное название дополнительной общеобразовательной программы	Дополнительная образовательная программа «Калейдоскоп движений»
Ф.И.О педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Хрюкина Ольга Владимировна
Год разработки	2024 год
Цель дополнительной общеобразовательной программы:	Социальное, физическое, интеллектуальное развитие личности ребёнка на основе освоения компонентов ключевых компетентностей: социокультурный, коммуникативный, двигательный.
Задачи:	<p>Формировать социальный опыт средствами игровой деятельности.</p> <p>Формировать произвольное поведение, развивать детскую инициативность, творчество, активность.</p> <p>Способствовать развитию внимания, мышления, памяти, координации, речи.</p> <p>Посредством развития основных физических качеств содействовать развитию функций органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма детей.</p> <p>Освоить элементы здорового образа жизни.</p>
Ожидаемый результат освоения программы	<p>Результаты образовательной деятельности по программе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - рост личностного и социального развития ребёнка, развитие коммуникативных способностей, инициативности, толерантности, самостоятельности. - рост уровня развития двигательных способностей и физической подготовленности, а так же показателей, характеризующих оздоровление и развитие ребёнка; - приобретение теоретических знаний, как основ здорового образа жизни. - степень сформированности умений осваивать новые виды деятельности.
Форма занятий	групповое занятие
Сроки реализации программы	сентябрь-июнь
Количество часов для реализации дополнительной общеобразовательной программы	1200 (20 ч.)
Возраст обучающихся общеобразовательной программе	3-4 лет

Аннотация.

Программа раскрывает способы создания таких условий, где детская заинтересованность, предметная и социальная умелость, надёжная связь физического и психического здоровья, шаг за шагом складываются на физкультурных занятиях и становятся реальными фактами биографии каждого из воспитанников.

Программа ориентирована на социальное развитие ребенка, укрепление его физического и психического здоровья, адаптацию к условиям современной жизни.

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Калейдоскоп движений» (далее Программа) реализуется в дошкольном образовательной учреждении направлена на обеспечение доступности качественного дошкольного образования, создание условий по развитию у детей младшего возраста крупной и мелкой моторики, а так же успешной социализации.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными - правовыми документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (с изменениями);
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования от 17.10.2013 г. № 1155;
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.4.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы)»);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 09.11.2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30.09.2020);
- Приказ Минпросвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития систем дополнительного образования детей».

1.1. Актуальность программы.

В связи с тем, что для младших школьников разработано недостаточное количество программ по подвижным играм, был систематизирован и обобщён опыт по этому вопросу и разработана Программа для детей 3-4 лет. Работа по Программе формирует двигательную сферу ребенка в развитии силы мышц, поддерживающих правильную осанку; способности удерживать равновесие, развивает физические качества: выносливость, ловкость, быстрота, гибкость.

1.2. Направленность программы. Программа является программой физкультурно-спортивной направленности, реализуется в дошкольном образовательной учреждении и направлена на обеспечение доступности

качественного дошкольного образования, направлена на организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребностей детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности; способствует приобретению детьми, с раннего возраста, социокультурного опыта, который будет выражаться в их дальнейшем активном жизнеобеспечении в условиях культурно-исторической ситуации, возникшей в современном обществе.

1.3. Отличительные особенности. Отличительная особенность данной программы заключается в изменении способов и позиции работы педагога в детском коллективе, где содержание образования - это становление ровеснических отношений в детском обществе, а знания и умения являются формой и материалом, способствующим становлению образовательных и общечеловеческих возможностей подрастающего поколения. Методы ведения занятий опираются на детскую инициативу и вариативность поведения, они позволяют каждому ребенку ощутить себя ловким, сильным, выносливым, способным вместе с друзьями справиться с самыми разнообразными учебными и жизненными задачами.

1.4. Адресат программы. Программа предназначена для воспитанников младшего дошкольного возраста 3-4 лет (в том числе для воспитанников с ОВЗ (и инвалидностью), имеющих и не имеющих базового уровня).

На 4-ом году жизни у ребенка возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время его внимание неустойчиво, он отвлекается и часто переходит от одного вида деятельности к другому. Поэтому взрослым по-прежнему принадлежит большая роль в организации поведения малыша. Продолжает усложняться и развиваться творческая ролевая игра. В этом возрасте ребенок обладает уже достаточно большим запасом двигательных умений и навыков, но он еще не заботится о результате своих действий, поглощен самим процессом движения, его эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей приобретают все более предметный характер. Ребенок уже в состоянии повторять упражнения по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды деятельности. Сочетая различные виды действия, ребенок может соблюдать определенную их последовательность. Формирование двигательных умений и навыков продолжается на основе подражания. Ребенок более сознательно следит за взрослым, когда он дает образец движения, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснение в форме диалога, направленного на изложение предстоящего действия. К концу 4-го года у ребенка уже имеется довольно большой и прочный запас разнообразных движений и их сочетаний, который обуславливает свободу самостоятельных действий и уверенность в себе. Это позволяет перейти к работе над качественной стороной движений, а также о развитии ловкости. Главными задачами физического воспитания в этом возрасте является развитие самостоятельной деятельности ребенка и накопление им

индивидуального опыта, в разнообразных видах движений, путем упражнений на занятиях и в утренней гимнастики.

1.5. Объем программы.

Образовательная нагрузка	
количество	время
80	1200 (20 ч.)

1.6. Образовательные форматы. Очная форма обучения.

1.7. Срок освоения программы. Срок реализации: сентябрь-июнь (10 месяцев).

1.8. Уровень освоения. Обучающиеся имеют стартовый уровень освоения. Проявляют интерес к содержанию Программы.

1.9. Цель и задачи программы. Социальное, физическое, интеллектуальное развитие личности ребёнка на основе освоения компонентов ключевых компетентностей: социо-культурный, коммуникативный, двигательный.

Задачи программы:

Формировать социальный опыт средствами игровой деятельности.

Формировать произвольное поведение, развивать детскую инициативность, творчество, активность.

Способствовать развитию внимания, мышления, памяти, координации, речи.

Посредством развития основных физических качеств содействовать развитию функций органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма детей.

Освоить элементы здорового образа жизни.

Воспитательный потенциал Программы.

Программа акцентирует внимание не только на овладение системой дополнительных знаний, но и на воспитательный и нравственный аспекты в работе с воспитанниками. На всём протяжении работы с детьми педагог формирует в детях такие нравственные качества как доброжелательность, честность, уважение к старшим, дисциплинированность, умение общаться и дружить в детском коллективе. Воспитывает чувства отзывчивости, сочувствия, заботы и доброты. Формирует эстетическое отношение к окружающей действительности.

1.10. Условия реализации.

Принимаются все желающие.

В соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21 для данного возраста: занятия проводятся два раз в неделю во второй половине дня, 2 раза в неделю, продолжительностью не более 15 минут. Окончание занятий при реализации дополнительных образовательных программ, не менее 19.30 (СанПиН 1.2.3685-21, таб. 6.6.).

Форма организации:

- фронтальная;
- индивидуальная.

Занятия составляются согласно педагогическим принципам, по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям воспитанников.

1.11. Планируемые результаты.

Результаты образовательной деятельности по программе:

- рост личностного и социального развития ребёнка, развитие коммуникативных способностей, инициативности, толерантности, самостоятельности.
- рост уровня развития двигательных способностей и физической подготовленности, а так же показателей, характеризующих оздоровление и развитие ребёнка;
- приобретение теоретических знаний, как основ здорового образа жизни.
- степень сформированности умений осваивать новые виды деятельности

2.1. Учебный план.

№ п\п	Содержание	3- 4 года
1	Количество детей	До 15 чел.
3	Продолжительность реализации Программы (неделя)	42 недели
4	Количество занятий в неделю	2 занятия
5	Количество занятий в месяц	8 занятий
6	Количество занятий в год	80 занятий
6	Длительность занятий	15 мин.
7	Объем недельной нагрузки	30 мин.
8	Объем нагрузки в месяц	120 мин. (2 ч.)
9	Объем нагрузки в год	1200 мин. (20 ч.)

Методические приёмы:

Игровой метод. Основным методом обучения детей дошкольного возраста является игра, так как игра - это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Каждая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это объяснение методики исполнения движений, оценка. Практический метод заключается в многократном выполнении посильных физических упражнений.

Наглядный метод – показ выполняемых упражнений педагогом.

Обязательными условиями проведения занятий в спортивном зале являются: соответствие зала и занятий санитарным нормам и правилам; согласие родителей; отсутствие медицинских противопоказаний; наличие формы; наполняемость групп не более 10 человек;

Такая система физического воспитания позволяет существенно повысить интерес детей к физкультурно – оздоровительным занятиям и двигательную активность без ущерба их здоровью.

Занятия к программе подобраны соответственно возраста детей и прописаны в содержании программы.

Увлекательные упражнения, проводимые на занятиях соответственно программы, повышают интерес детей к занятиям. На разминке детям предлагаются разные виды ходьбы: ходьба на четвереньках «обезьянки», «раки», «муравьишки»); прыжки в высоту с разбега до какого-либо предмета (бубен, платочек). «Логоритмика», проводимая после разминки, концентрирует внимание детей на выполнение общеразвивающих упражнений, и в то же время – это маленькая разминка для пальцев рук. Воспитатель читает, а дети повторяют слова и выполняют движения в соответствии с текстом. Рифмованные фразы, произносимые педагогом во время выполнения детьми упражнений в разминке, повышают интерес и помогают правильно выполнять упражнения, например: мы на пальчиках идём, прямо голову несём (ходьба на носочках); муравьишки, муравьишки, вы, как - будто бы из книжки (ходьба на четвереньках); зайчик прыг зайчик скок, зайчик – серенький хвосток (прыжки на двух ногах)

Используются разнообразные упражнения с мячом: катить мяч двумя руками, отбивать двумя руками, бросать вверх и др. – что позволяет лучше освоить детям навыки владения мячом. помогают развивать наряду с координацией, ловкостью ещё и познавательные интересы детей.

У детей дошкольного возраста дыхательные мышцы ещё слабы, поэтому нужны специальные дыхательные упражнения, укрепляющие основную дыхательную мышцу (диафрагму), содействующие более глубокому дыханию.

Такие упражнения учат детей сознательно заботиться о своем здоровье и являются профилактикой простудных заболеваний.

Упражнения, систематизированные под названием «Веселый тренинг», позволяют детям в игровой форме развивать гибкость, координацию; укреплять мышцы; понимать, как они владеют своим телом.

Достижение оптимального уровня здоровья и всестороннего двигательного развития невозможно без постоянного поиска новых эффективных и разнообразных форм физкультурно-оздоровительной работы. Использование на занятии тренажеров позволяет тренировать как сердечно-сосудистую, так и дыхательную системы детского организма. А развитие общей выносливости и физических качеств способствуют укреплению здоровья детей.

Тренажеры, используемые на занятии – это мячи-фитболы, скамья для пресса, дорожка для ходьбы, мини-батут. Условно к тренажерам можно отнести гантели пластмассовые, шведскую стенку, коррекционные мячи большого

диаметра, массажные коврики, кольца. Занятия на тренажерах включаются в систему работы один раз в две недели, в чередовании с подвижными играми. Длительность работы составляет 1 минуту.

Такая система физического воспитания позволяет существенно повысить интерес детей к физкультурно – оздоровительным занятиям и двигательную активность без ущерба их здоровью.

2.2. Календарный учебный график.

Содержание	Возрастная категория группы 3-4 лет
УЧЕБНЫЙ ПЕРИОД	
Календарная продолжительность учебного периода, в том числе:	02 сентября 2024 – 30 июня 2025
	42 недели
- 1 полугодие	18 недель
- 2 полугодие	24 недели
Объем недельной образовательной нагрузки, в том числе:	30 мин
- в 1-ую половину дня	-
- во 2-ую половину дня	30 мин
	Праздничные дни: с 04.11.2024, 30.12.2024-08.01.2025, 2.02.2025-24.02.2025, 08.03.2025-10.03.2025 , с01.05.2025-04.05.2025, 09.05.2025-11.05.2025
Дни недели, время	Понедельник 15.35-15.50, 15.55-16.10 16.20-16.35 16.40-16.55 17.00-17.15 Пятница 15.35-15.50 15.55-16.10 16.20-16.35 16.40-16.55 17.00-17.15

3. Формы итогового и промежуточного контроля. Формы подведения итогов реализации программы дополнительного образования является презентация для родителей и педагогов ДОУ.

4. Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы.

Информационное обеспечение: методические разработки, методические рекомендации и специальная литература, по всем разделам программы.

Материально-техническое обеспечение:

Спортивный зал для занятий физическими упражнениями с набором необходимого оборудования:

- гимнастические скамейки;
- гимнастические скакалки;
- гимнастические обручи;
- гимнастические палки;
- резиновые мячи;
- мягкие модули;
- гимнастические маты;
- гимнастические коврики;
- музыкальный центр;
- аудио диски, кассеты.

5. Список литературы:

1.