

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПРАВОБЕРЕЖНЫЙ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА:

Педагогическим советом

от «31» августа 2023 г.

Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА:

Приказом № 57 от 31 августа 2023 г.

Директор ГБУ ДО «ПДДТ»

Невского района Санкт-Петербурга

С.В. Гусев



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Детский фитнес»

Срок освоения: 1 год

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Разработчик:

Мамыкина Елена Валерьевна

педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Детский фитнес» имеет **физкультурно-спортивную** направленность.

В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Здоровье как биологический фактор, определяющий структуру личности, имеет многомерный и индивидуализированный характер и определяет состояние приспособительных возможностей организма к меняющимся условиям окружающей среды. В физическую активность дошкольников можно внести много нового и интересного благодаря использованию современных фитнес- технологий. Они включают в себя адаптированные для детского организма системы тренировок с применением новейшего инвентаря и оборудования.

Фитнес — один из самых молодых видов физкультурно-спортивной деятельности взрослых и детей, быстро завоевавший популярность во всем мире. Своеобразие его определяется органическим соединением спорта и искусства, единством движения и музыки. Благодаря доступности занятия фитнесом стали эффективным средством пропаганды здорового образа жизни, приучать к которому детей нужно с раннего возраста. Программа «Детский фитнес» систематизирует и обобщает педагогический опыт различных фитнес - направлений: степ - аэробики, фитбол-гимнастики, ритмической гимнастики, стрейтчинга, спортивных игр и многое другое.

Проведение занятий в группах детского фитнеса заключается в разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников. Работа по программе «Детский фитнес» проводится на основе методических разработок по детскому фитнесу, которые составлены на весь учебный год по принципу «от простого к сложному» с применением технологий В.Г. Алямовской, Л.И. Пензулаевой, а также технологий, разработанных Академией детского фитнеса (Москва, 2011г).

Актуальность программы:

Физическое воспитание занимает ведущее место в содержании воспитательного процесса дошкольного образовательного детей, т.к. одной из важнейших задач нашего общества является формирование жизнеспособного, здорового подрастающего поколения. Одним из факторов, формирующих здоровье ребёнка, является двигательная активность. Содержанием двигательной активности являются разнообразные движения: ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание.

Настоящая программа описывает систему работы по развитию движений, гибкости, координации и выносливости у детей раннего возраста.

Адресат программы:

Рассчитана на детей 6-7 лет.

Объем и срок реализации программы:

В зависимости от степени готовности детей к освоению программы, она представлена в двух вариантах.

1 вариант: программа входит в состав комплексной программы «Эстетическое развитие» №3 в объеме 36 часов.

2 вариант: программа реализуется как отдельный творческий коллектив в объеме 72 часов.

Оба варианта рассчитаны на 1 год обучения.

Программа построена с ориентацией на формирование ключевых компетентностей.

Цель программы:

Создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями.

Задачи программы:

Обучающие:

- Обучить технике выполнения физических упражнений;
- Обучить правилам работы со спортивным инвентарем.
- Обучить учащихся самостоятельно проводить разминку.

Развивающие:

- развить двигательные умения и навыки;
- развить физические и психологические качества;
- развить выносливость.

Воспитательные:

- воспитать у детей интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями;
- воспитать морально-волевые качества ребенка, чувство ответственности.

Планируемые результаты:

Предметные

- дети научатся правильной осанке
- дети обучатся работать со спортивным инвентарем; дети обучатся танцевальным движениям и гимнастическим упражнениям
- дети разовьют гибкость, выносливость, координацию
- дети будут знать правила и названия спортивных игр и видов спорта

Метапредметные

- умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу
- умение планировать свое действие в соответствии с конкретной задачей;
- умение видеть указанную ошибку и исправлять ее;
- умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстника;

Личностные

- разовьют нравственно-эстетические нормы поведения в обществе
- разовьют морально-волевые качества
- разовьют интерес к спорту и активному образу жизни

Уровень освоения программы - **общекультурный**, презентация результатов на уровне учреждения.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы: русский.

Форма обучения: очная, очно-заочная (дистанционная).

Особенности реализации программы

Возможна реализация дополнительной общеразвивающей программы или её частей (модулей) с применением электронного обучения и дистанционных технологий

руководствуясь Федеральным законом от 29 декабря 2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

Особенности организации образовательного процесса: при реализации программы в составе комплексной программы «Эстетическое развитие» длительность занятия – 35 минут.

Условия набора в коллектив: все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Условия формирования групп: одновозрастные обучающиеся.

Количество обучающихся в группе: не менее 15 человек;

Формы организации занятий:

Программой могут предусматриваться как аудиторные занятия, так и внеаудиторные.

Формы проведения занятий:

- беседа
- круговые тренировки
- подвижные игры в зале,
- практические занятия,
- игры на свежем воздухе,
- концерт,
- гимнастика,
- ритмика,
- соревнование-игра,
- физкультурные досуги и праздники

Формы организации деятельности учащихся:

- Фронтальная (беседа о том как правильно выполнять упражнения, показ как правильно выполнять упражнения, объяснение правил проведения игры, совместные с детьми двигательные упражнения)
- Коллективная (постановка танца к концерту).
- Индивидуальная (организуется для работы с одаренными детьми, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков)

Материально-техническое оснащение:

Танцевальный или спортивный зал оснащен современным спортивно-игровым и музыкальным оборудованием.

Вид помещений	Оснащение	Количество (штуки)
	Гимнастические коврики	15
	Дорожка-мат (складной мат)	4
	Большой мат	2
	Тоннель	3

Танцевальный зал	Кольцеброс (набор)	3
	Набор мягких элементов полифункциональный, игровой «Радуга»	1
	Мячи большие (230 мм)	20
	Мяч, диаметр 170 мм	20
	Мячи средние (100 мм)	20
	Малые мячи	100
	Мяч баскетбольный	4
	Мяч волейбольный	2
	Музыкальный центр	1
	Мешочек с песком	20
	Скакалка	15
	Мяч - фитбол	10
	Обруч гимнастический, диаметр 60 см	15
	Палка гимнастическая	15
	кубики	10
	конусы	20
	Мячик малый массажный	20
	Гантели детские	15
	Кегли пластмассовые	40

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Для проведения дистанционного обучения обучающиеся должны иметь доступ к информационным системам и информационно-телекоммуникационным сетям самостоятельный либо через родителей.

СОГЛАСОВАНО:
 « ____ » _____ 20 ____ г.
 Заместитель директора по УВР
 ГБУ ДО «ПДТ» Невского района Санкт-Петербурга
 _____ С. П. Куприна

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
 реализации дополнительной общеразвивающей программы «Детский фитнес» в
 комплексной программе «Эстетическое развитие» (вариант №1)

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Всего учебных недель	Кол-во учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год			36	36	36	1 раз в неделю по 1 часа

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
 реализации дополнительной общеразвивающей программы «Детский фитнес»
 (вариант №2)

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Всего учебных недель	Кол-во учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год			36	36	72	1 раз в неделю по 2 часа

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 года обучения (вариант №1)

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие	1	0	1	Педагогическое наблюдение
2.	Давайте познакомимся	0	1	1	Педагогическое наблюдение. Игры-упражнения
3.	Основные виды движений. Ходьба	1	3	4	Контроль качества выполнения заданий
4.	Бег	1	3	4	Контроль качества выполнения заданий

5.	Упражнения в равновесии	1	1	2	Педагогическое наблюдение
6.	Катание, бросание, метание	1	3	4	Педагогическое наблюдение. Игры-упражнения
7.	Ритмика	1	3	4	Контроль качества выполнения заданий
8.	Подвижные игры	1	3	4	Контроль качества выполнения заданий
9.	Общеразвивающие упражнения	1	5	6	Педагогическое наблюдение.
10.	Стрейтчинг	1	3	4	Игры-упражнения
11.	Мероприятие воспитательного значения	0	1	1	Контроль качества выполнения заданий
12.	Итоговое занятие	1	0	1	Игры-упражнения
	ИТОГО	10	26	36	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 года обучения (вариант №2)

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие	2	0	2	Педагогическое наблюдение
2.	Давайте познакомимся	0	2	2	Педагогическое наблюдение. Игры-упражнения
3.	Основные виды движений. Ходьба	2	6	8	Контроль качества выполнения заданий
4.	Бег	2	6	8	Контроль качества выполнения заданий
5.	Упражнения в равновесии	2	2	4	Педагогическое наблюдение
6.	Работа в парах. Прыжки	1	3	4	Контроль качества выполнения заданий
7.	Катание, бросание, метание	2	6	8	Педагогическое наблюдение. Игры-упражнения
8.	Ритмика	2	6	8	Контроль качества выполнения заданий
9.	Подвижные игры	1	3	4	Контроль качества выполнения заданий
10.	Общеразвивающие упражнения	2	10	12	Педагогическое наблюдение.
11.	Стрейтчинг	2	6	8	Игры-упражнения

12.	Мероприятие воспитательного значения	1	1	2	Контроль качества выполнения заданий
13.	Итоговое занятие	1	1	2	Игры-упражнения
	ИТОГО	20	52	72	

При реализации дополнительной общеобразовательной программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий необходим контроль посещения занятий и освоения учебного материала учащимися дистанционно.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

При планировании учебной деятельности педагог может произвести отбор и определение тем и разделов дополнительной общеобразовательной программы для реализации с учетом применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. При этом корректировки в текущее календарно-тематическое планирование дополнительной образовательной программы оформляются приложением к календарно-тематическому плану (КТП).

Изучение вопросов безопасности труда организуется и проводится на всех стадиях образовательного процесса с целью формирования у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих в учебное и каникулярное время, включая правила дорожного движения и безопасного поведения на дорогах, согласно перечня инструкций по охране труда ГБУ ДО «ПДДТ» Невского района Санкт-Петербурга.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (вариант 1)

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ (вариант 1)

1. Вводное занятие

Теория:

Форма первых занятий в рамках данной темы – *это беседа*.

После знакомства с ребятами мы беседуем о правилах поведения в спортивном зале, о видах спортивного инвентаря и об ОФП.

2. Давайте познакомимся

Практика. Зарядка. Игры на знакомства.

Контроль. Педагогическое наблюдение. Контроль качества выполнения заданий.

3. Основные виды движений. Ходьба

Теория. Виды и техника ходьбы.

Практика. Упражнения на развития умения ходить всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег и наоборот. Упражнять в ходьбе враспынную, обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны.

Формирование при ходьбе правильной осанки и стопы.

Контроль. Педагогическое наблюдение. Контроль качества выполнения заданий.

4. Бег

Теория. Виды и техника бега

Практика. Упражнение в беге в разных направлениях. Развитие ориентировки в пространстве. Игры-упражнения
Контроль. Педагогическое наблюдение. Контроль качества выполнения заданий.

5. Упражнения в равновесии

Теория. Что такое равновесие? Техника выполнения упражнений на равновесие

Практика. Формировать умение сохранять устойчивое положение, правильную осанку при выполнении упражнений в равновесии: ходьба по прямой дорожке, с перешагиванием через предметы, по доске, гимнастической скамейке. Развить умение кружиться в медленном темпе. Стойка на одной ноге.

Контроль. Педагогическое наблюдение. Контроль качества выполнения заданий.

6. Катание, бросание, метание

Теория. Беседа по технике безопасности работы со спортивным инвентарем

Практика. Сформировать умение разнообразно действовать с мячом: катать, бросать, разными способами, из разных положений.

Развивать умение метать мячи, мешочки на дальность, в цель правой и левой рукой.

Формирование настойчивости при освоении движений.

Контроль. Игры-упражнения

7. Ритмика

Теория. Знакомство с музыкальной грамотой.

Практика. Упражнения на развитие чувства темпа и ритма. Разучивание простых комбинаций под музыку.

Контроль. Игры-упражнения

8. Подвижные игры

Теория. Классификация подвижных игр. Правила игр.

Практика. Игры, направленные на: сплочение коллектива, развитие координации и выносливости, гибкости, меткости и воображения.

Контроль. Контроль качества выполнения заданий. Игры-упражнения.

9. Общеразвивающие упражнения

Теория. Знакомство с халакупом

Практика. Игры-Упражнения направленные на все группы мышц. А так же на развитие выносливости, координации, чувства темпа и ритма.

Контроль. Контроль качества выполнения заданий. Игры-упражнения.

10. Стрейтчинг

Теория. Что такое стрейтчинг? Для чего нужна растяжка? Техника выполнения упражнений на растяжку

Практика. Разминка. Суставная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости и пластичности.

Контроль. Педагогическое наблюдение. Контроль качества выполнения заданий.

11. Мероприятие воспитательного значения

Практика. Выступление на празднике ЦТР

Контроль. Контроль качества выполнения заданий

12. Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов работы за год. Рекомендации по перспективам дальнейшего обучения в других коллективах ПДДТ

СОГЛАСОВАНО:

«_____» _____ 20__ г.

Заведующий методическим отделом
ГБУ ДО «ПДДТ» Невского района Санкт-Петербурга
_____ ФИО

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (вариант 1)
Программа «Детский фитнес», гр. № 1, 2 год обучения – 1
Комплексная программа «Эстетическое развитие»
Педагог: Мамыкина Е.В.**

№ занятия	Планируемая дата занятия	Фактическая дата занятия	Раздел (тема) учебно - тематического плана	СО Д Е Р Ж А Н И Е теоретической и практической «Детский фитнес»	Мин. (теория)	Мин. (практика)	Всего количество часов (мин.)	Формы контроля
1.			Вводное занятие	Теория Цель, задачи и содержание работы на учебный год. Занятие – беседа о здоровом образе жизни.	35		35	Анализ собеседования
2.			Давайте познакомимся	Практика Игры на знакомства: «Снежный ком», «Я и ты», «Повтори за мной», «Назови имя».		35	35	Беседа
3.			Основные виды движений. Ходьба	Теория Виды и техника ходьбы	15		35	Беседа. Опрос, игры-упражнения.
				Практика Упражнение в ходьбе, в одном направлении . Ходьба по кругу. Игры: «Мой веселый, звонкий мяч», «Карусели».		20		

4.		Основные виды движений. Ходьба	Теория Что такое внимание, координация? Как развить внимание?	10		35	Беседа. Игры-упражнения
			Практика Ходьба в разных направлениях. Развитие координации движений, внимания		25		
5.		Основные виды движений. Ходьба	Практика Ходьба с закрытыми глазами (одиночная, в парах), игры-упражнения. («Каравай» и др)		35	35	Беседа. Игры-упражнения. Контроль качества выполнения задания
6.		Бег	Теория Правила работы со спортивным инвентарем. Техника безопасности	15		35	Опрос, игры-упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
			Практика Игры-упражнения направленные на закрепление умений ходить и бегать в разных направлениях. «Кабачок», «Выросла малинка»		20		
7.		Бег	Теория Техника бега, челночный бег	10		35	Беседа. Игры-упражнения
			Практика Игры-упражнения в беге. Бег по кругу, в парах, подскоками. Эстафеты		25		
8.		Основные виды движений. Ходьба	Теория Виды ходьбы	10		35	Игры-упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
			Практика Упражнение в ходьбе и беге друг за другом, в смене движения по сигналу (словесному или музыкальному). Формирование умений ходить по ограниченной площади, перешагивать невысокие предметы, удерживая равновесие.		25		
9.		Упражнения в равновесии	Теория	10		35	Игры-упражнения

				Что такое равновесие? Техника выполнения упражнений на равновесие				педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
				Практика Упражнения стоя на одной ноге, ходьба с закрытыми глазами. Упражнения на равновесия и баланс. Игры: «Ласточка», «Самолетик».		25		
10.			Подвижные игры	Теория Техника выполнения прыжков. Работа в паре.	10		35	Игры-упражнения, двигательные игры педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
				Практика Упражнение в подпрыгивании на двух ногах, продвигаясь вперед. Закрепление умений ходить и прыгать взявшись за руки. Развитие равновесия, координации движений. Игра: «Воробышки и автомобиль», «К.Ж.З»		25		
11.			Бег	Теория Беседа о правилах дорожного движения	10		35	Опрос, игры - упражнения, двигательные игры
				Практика Игры - упражнение в ходьбе и беге друг за другом, соблюдая направление. Формирование умений менять скорость движения в беге (медленно, быстро) по сигналу, бросать мяч двумя руками из-за головы.		25		
12.			Бег	Практика Упражнение в ходьбе и беге по кругу. Формирование умений перепрыгивать линию, веревку, отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь. Развитие ориентировки в пространстве		35	35	Игры- упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий

13.		Катание, бросание, метание	Теория Знакомство с мячом. Виды мячей.	5		35	Опрос, Игры-упражнения, двигательные игры
			Практика .Формирование умений прокатывать мяч по скамейке, делать простые упражнения с мячом под речевое сопровождение педагога. Бросать мяч вверх, вперед, назад.		30		
14.		Подвижные игры	Теория Работа в паре. Правила и особенности	10		35	Опрос, игры-упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
			Практика Формирование умений ходить парами в разных направлениях. Отработка прыжков вверх с касанием рукой предмета. Развитие координации движений.		25		
15.		Упражнение в равновесии	Теория Техника выполнения упражнений на равновесие	25		35	Игры-упражнения
			Практика Формирование умений проползать в вертикально стоящий обруч. Ползать по гимнастической скамье. Упражнение в ходьбе с перешагивание линий, невысоких кубиков, удерживая равновесие		10		
16.		Катание, бросание, метание	Практика Упражнение в катании мяча двумя руками друг другу. Закрепление умений ходить друг за другом, не наталкиваясь, делать остановки по сигналу. Развитие ориентировки в пространстве, глазомера.		35	35	Игры-упражнения, двигательные игры
17.		Ритмика	Теория: Музыкальная грамота.	10		35	Опрос, игры-упражнения педагогическое наблюдение, контроль
			Практика		25		

				Упражнение в выполнении простейших плясовых движений (полуприседать, притопывать, хлопать в ладоши, кружиться под музыку)				качества выполнения заданий
18.			Катание, бросание, метание	Теория Беседа по технике безопасности. Техника работы с мячом.	15		35	Опрос, игры – упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
				Практика Формирование умений ловить мяч двумя руками, прокатывать его в воротики. Передавать по кругу. Закрепление навыков ходьбы с перешагиванием через мячи.		20		
19.			Ритмика	Теория Виды аэробных шагов. Техника из выполнения	15		35	Опрос, игры-упражнения
				Практика Аэробика под музыку. Разучивание базовых шагов.		20		
20.			Ритмика	Теория Темп и ритм. Что это такое?	10		35	Опрос, игры-упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
				Практика Упражнения на развитие чувства темпа и ритма. Игры: «Ладушки», «Пианино».		25		
21.			Общеразвивающие упражнения	Практика Игры –упражнения в ходьбе с огибанием различных предметов «змейкой»: «Вороны», «Птички», Развитие координации движений.		35	35	Игры-упражнения
22.			Общеразвивающие упражнения	Практика Игры– упражнения с гимнастическими палками: «Зонтики», «Музыкальная палочка», «Пугало», «Кто там?»		35	35	Игры-упражнения

23.			Катание, бросание, метание	Теория Беседа по технике безопасности	15		35	Опрос, игры-упражнения
				Практика Формирование умений бросать мешочки с песком в горизонтальную цель двумя руками снизу. Метать мячи в цель.		20		
24.			Общеразвивающие упражнения	Теория Знакомство с халакупом	15		35	Опрос. игры-упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
				Практика Развитие умений бегать между обручами, крутить обруч. Формирование умений пролезать в вертикально стоящий обруч.		20		
25.			Подвижные игры	Теория Классификация игр. Правила игры.	15		35	Опрос, игры-упражнения, контроль качества выполнения заданий
				Практика Игры на развитие внимания, координации и выносливости. «Колечко», «Волк и овцы» и др.		20		
26.			Подвижные игры	Практика Игры на развитие внимания, координации и выносливости. «Кто быстрее», «Догони меня», «Вышибала».		35	35	Игры-упражнения
27.			Стрейтчинг	Теория Стрейтчинг. Правила выполнения упражнений на растяжку	10		35	Опрос, игры-упражнения, контроль качества выполнения заданий
				Практика Игры-упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов: «Солнышко и дождик», «Во поле береза», «Ветерок»		25		
28.			Стрейтчинг	Теория Растяжка на гимнастической скамье. Техника выполнения	15		35	Игры-упражнения, контроль качества выполнения заданий

				Практика Растяжка основных групп мышц. Игры-упражнения на развитие гибкости		20		
29.			Стрейтчинг	Теория Динамический стрейтчинг и его особенности	10		35	Опрос, игра-упражнение, педагогическое наблюдение
				Практика Упражнения в движении на растяжку всех мышечных групп. Игра: «Море волнуется».		25		
30.			Общеразвивающие упражнения	Практика Разминка. Игры-упражнения: «Бег в мешках», «Зайчата», «Меткий стрелок»		35	35	Игры-упражнения
31.			Общеразвивающие упражнения	Теория Знакомство с гимнастической стенкой. Техника безопасности.	20		35	Беседа, игры-упражнения
				Практика Формирование умений бросать мяч друг другу двумя руками. Закрепление умений лазанья по шведской стенке. Развитие координации движений, выносливости. Игры: «Зайчик в домике», «Теремок»		15		
32.			Ритмика	Практика Выполнение упражнений под музыку в парах. Разучивание танцевальных комбинаций в парах		35	35	Педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
33.			Общеразвивающие упражнения	Практика Упражнение в ходьбе по ограниченной поверхности, выполняя различные задания. Повторение прыжков на двух ногах с продвижением вперед. Эстафета		35	35	Педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
34.			Стрейтчинг	Практика Повторение упражнений на развитие подвижности и гибкости суставов. Суставная гимнастика		35	35	Опрос, педагогическое наблюдение

35.			Мероприятие воспитательного значения	Практика Выступление на празднике ЦТР		35	35	Участие в празднике-концерте
36.			Итоговое занятие	Теория Подведение итогов работы за год. Рекомендации по перспективам дальнейшего обучения в других коллективах ПДДТ	35		35	Опрос, Игры-упражнения
				ИТОГО ЧАСОВ	10	26	36	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (вариант №2)

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ (вариант №2)

1. Вводное занятие

Теория:

Форма первых занятий в рамках данной темы – *это беседа*.

После знакомства с ребятами мы беседуем о правилах поведения в спортивном зале, о видах спортивного инвентаря и об ОФП.

2. Давайте познакомимся

Практика. Зарядка. Игры на знакомства.

Контроль. Педагогическое наблюдение. Контроль качества выполнения заданий.

3. Основные виды движений. Ходьба

Теория. Виды и техника ходьбы.

Практика. Упражнения на развития умения ходить всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег и наоборот. Упражнять в ходьбе враспынную, обходя предметы, приставным шагом вперёд, в стороны.

Формирование при ходьбе правильной осанки и стопы.

Контроль. Педагогическое наблюдение. Контроль качества выполнения заданий.

4. Бег

Теория. Виды и техника бега

Практика. Упражнение в беге в разных направлениях. Развитие ориентировки в пространстве. Игры-упражнения

Контроль. Педагогическое наблюдение. Контроль качества выполнения заданий.

5. Упражнения в равновесии

Теория. Что такое равновесие? Техника выполнения упражнений на равновесие

Практика. Формировать умение сохранять устойчивое положение, правильную осанку при выполнении упражнений в равновесии: ходьба по прямой дорожке, с перешагиванием через предметы, по доске, гимнастической скамейке. Развить умение кружиться в медленном темпе. Стойка на одной ноге.

Контроль. Педагогическое наблюдение. Контроль качества выполнения заданий.

6. Работа в парах. Прыжки

Теория. Особенности работы в парах. Техника прыжков

Практика. Формирование умений ходить парами в разных направлениях. Отработка прыжков вверх с касанием рукой партнера. Развитие координации движений в парах

Контроль. Педагогическое наблюдение. Контроль качества выполнения заданий.

7. Катание, бросание, метание

Теория. Беседа по технике безопасности работы со спортивным инвентарем

Практика. Сформировать умение разнообразно действовать с мячом: катать, бросать, разными способами, из разных положений.

Развивать умение метать мячи, мешочки на дальность, в цель правой и левой рукой.

Формирование настойчивости при освоении движений.

Контроль. Игры-упражнения

8. Ритмика

Теория. Знакомство с музыкальной грамотой.

Практика. Упражнения на развитие чувства темпа и ритма. Разучивание простых комбинаций под музыку.

Контроль. Игры-упражнения

9. Подвижные игры

Теория. Классификация подвижных игр. Правила игр.

Практика. Игры, направленные на: сплочение коллектива, развитие координации и выносливости, гибкости, меткости и воображения.

Контроль. Контроль качества выполнения заданий. Игры-упражнения.

10. Общеразвивающие упражнения

Теория.

Практика. Игры-Упражнения направленные на все группы мышц. А так же на развитие выносливости, координации, чувства темпа и ритма.

Контроль. Контроль качества выполнения заданий. Игры-упражнения.

11. Стрейтчинг

Теория. Что такое стрейтчинг? Для чего нужна растяжка? Техника выполнения упражнений на растяжку

Практика. Разминка. Сушавная гимнастика. Упражнения на развитие гибкости и пластичности.

Контроль. Педагогическое наблюдение. Контроль качества выполнения заданий.

12. Мероприятие воспитательного значения

Теория. Объяснение правил поведения на сцене и в зале

Практика. Выступление на празднике ЦТР

Контроль. Контроль качества выполнения заданий

13. Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов работы за год. Рекомендации по перспективам дальнейшего обучения в других коллективах ПДДТ

Практика. Подвижные игры

Контроль. Игры-упражнения

СОГЛАСОВАНО:

« _____ » _____ 20__ г.

Заведующий методическим отделом
ГБУ ДО «ПДДТ» Невского района Санкт-Петербурга
_____ ФИО**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (вариант №2)****Программа «Детский фитнес» педагог: Мамыкина Е.В.**

№ занятия	Планируемая дата занятия	Фактическая дата занятия	Раздел (тема) учебно - тематического плана	СОДЕРЖАНИЕ теоретической и практической «Детский фитнес»	Мин. (теория)	Мин. (практика)	Всего количество часов (мин.)	Формы контроля
1.			Вводное занятие	Теория Цель, задачи и содержание работы на учебный год. Занятие - беседа о здоровом образе жизни.	90		90	Анализ собеседования
2.			Давайте познакомимся	Практика Игры на знакомства, размина музыкальная		90	90	Игры-упражнения
3.			Основные виды движений. Ходьба	Теория Виды и техника ходьбы	45		90	Беседа. Опрос, игры-упражнения.
				Практика Упражнение в ходьбе, в одном направлении. Ходьба по кругу. Игры: «Мой веселый, звонкий мяч», «Карусели».		45		
4.			Основные виды движений. Ходьба	Теория Что такое внимание, координация? Как развить внимание?	35		90	Беседа. Игры-упражнения
				Практика Ходьба в разных направлениях, ориентироваться в пространстве. ползания на Развитие координации движений, внимания		55		

5.			Основные виды движений. Ходьба	Теория Правила ходьбы с закрытыми глазами. Правила ходьбы со спортивным инвентарем	25		90	Беседа. Игры-упражнения. Контроль качества выполнения задания
				Практика Ходьба с закрытыми глазами (одиночная, в парах), игры-упражнения. («Каравай» и др)		65		
6.			Бег	Теория Правила работы со спортивным инвентарем. Техника безопасности	45		90	Опрос, игры-упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
				Практика Игры-упражнения направленные на закрепление умений ходить и бегать в разных направлениях. «Кабачок», «Выросла малинка»		45		
7.			Бег	Теория Техника бега, основные виды.	35		90	Беседа. Игры-упражнения
				Практика Игры-упражнения в беге. Бег по кругу, в парах, подскоками. Эстафеты		55		
8.			Основные виды движений. Ходьба	Теория Виды ходьбы	10		90	Игры-упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
				Практика Упражнение в ходьбе и беге друг за другом, в смене движения по сигналу (словесному или музыкальному). Формирование умений ходить по ограниченной площади, перешагивать невысокие предметы, удерживая равновесие.		80		
9.			Упражнения в равновесии	Теория Что такое равновесие? Техника выполнения упражнений на равновесие	45		90	Игры-упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
				Практика Упражнения стоя на одной ноге, ходьба с закрытыми глазами. Упражнения на равновесия и баланс. Игры: «Ласточка», «Самолетик».		45		

10.			Работа в парах. Прыжки	Теория Техника выполнения прыжков. Работа в паре.	15		90	Игры-упражнения, двигательные игры педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
				Практика Упражнение в подпрыгивании на двух ногах, продвигаясь вперед. Закрепление умений ходить и прыгать взявшись за руки. Развитие равновесия, координации движений. Игра: «Воробышки и автомобиль», «К.Ж.З»		75		
11.			Бег	Теория Беседа о правилах дорожного движения	45		90	Опрос, игры - упражнения, двигательные игры
				Практика Игры - упражнение в ходьбе и беге друг за другом, соблюдая направление. Формирование умений менять скорость движения в беге (медленно, быстро) по сигналу, бросать мяч двумя руками из-за головы.		45		
12.			Бег	Практика. Упражнение в ходьбе и беге по кругу. Формирование умений перепрыгивать линию, веревку, отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь. Развитие ориентировки в пространстве		90	90	Игры- упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
13.			Катание, бросание, метание	Теория Знакомство с мячом. Виды мячей.	15		90	Опрос, Игры-упражнения, двигательные игры
				Практика Формирование умений прокатывать мяч по скамейке, делать простые упражнения с мячом под речевое сопровождение педагога. Бросать мяч вверх, вперед, назад.		75		
14.	27.12.19		Работа в парах. Прыжки	Теория Работа в паре. Правила и особенности	30		90	Опрос, игры-упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
				Практика Формирование умений ходить парами в разных направлениях. Отработка прыжков вверх с		60		

				касанием рукой предмета. Развитие координации движений.				
15.			Упражнение в равновесии	Теория Техника выполнения упражнений на равновесие	45		90	Игры-упражнения
				Практика Формирование умений проползать в вертикально стоящий обруч. Ползать по гимнастической скамье.		45		
16.			Катание, бросание, метание	Практика Упражнение в катании мяча двумя руками друг другу. Закрепление умений ходить друг за другом, не наталкиваясь, делать остановки по сигналу. Развитие ориентировки в пространстве, глазомера.		90	90	Игры-упражнения, двигательные игры
17.			Ритмика	Теория: Музыкальная грамота.	35		90	Опрос, игры-упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
				Практика Упражнение в выполнении простейших плясовых движений (полуприседать, притопывать, хлопать в ладоши, кружиться под музыку)		55		
18.			Катание, бросание, метание	Теория Беседа по технике безопасности. Техника работы с мячом.	45		90	Опрос, игры -упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
				Практика Формирование умений ловить мяч двумя руками, прокатывать его в воротики. Передавать по кругу. Закрепление навыков ходьбы с перешагиванием через мячи.		45		
19.			Ритмика	Теория Виды аэробных шагов. Техника из выполнения	15		90	Опрос, игры-упражнения
				Практика Аэробика под музыку. Разучивание шагов.		75		

20.		Ритмика	Теория Темп и ритм. Что это такое?	40		90	Опрос, игры-упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
			Практика Упражнения на развитие чувства темпа и ритма. Игры: «Ладушки», «Пианино».		50		
21.		Общеразвивающие упражнения	Практика Игры -упражнения в ходьбе с огибанием различных предметов «змейкой»: «Вороны», «Птички», Развитие координации движений.		90	90	Игры-упражнения
22.		Общеразвивающие упражнения	Практика Игры– упражнения с гимнастическими палками: «Зонтики», «Музыкальная палочка», «Пугало», «Кто там?»		90	90	Игры-упражнения
23.		Катание, бросание, метание	Теория Беседа по технике безопасности	30		90	Опрос, игры-упражнения
			Практика Формирование умений бросать мешочки с песком в горизонтальную цель двумя руками снизу. Метать мячи в цель.		60		
24.		Общеразвивающие упражнения	Теория Знакомство с халакупом	45		90	Опрос. игры-упражнения педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
			Практика Развитие умений бегать между обручами, крутить обруч. Формирование умений пролезать в вертикально стоящий обруч.		45		
25.		Подвижные игры	Теория Классификация игр. Правила игры.	45		90	Опрос, игры-упражнения, контроль качества выполнения заданий
			Практика Игры на развитие внимания, координации и выносливости. «Колечко», «Волк и овцы» и др.		45		
26.		Подвижные игры	Практика Игры на развитие внимания, координации и выносливости. «Кто быстрее», «Догони меня», «Вышибала».		90	90	Игры-упражнения

27.		Стрейтчинг	Теория Стрейтчинг. Правила выполнения упражнений на растяжку	45		90	Опрос, игры-упражнения, контроль качества выполнения заданий
			Практика Игры-упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов: «Солнышко и дождик», «Во поле береза», «Ветерок»		45		
28.		Стрейтчинг	Практика Растяжка основных групп мышц. Игры-упражнения на развитие гибкости		90	90	Игры-упражнения, контроль качества выполнения заданий
29.		Стрейтчинг	Теория Динамический стрейтчинг и его особенности	30		90	Опрос, игра-упражнение, педагогическое наблюдение
			Практика Упражнения в движении на растяжку всех мышечных групп. Игра: «Море волнуется».		60		
30		Общеразвивающие упражнения	Практика Формирование умений прыгать с места как можно дальше; бросать мяч вдаль двумя руками из-за головы. Развитие координации движений. Игры-упражнения: «Бег в мешках», «Зайчата», «Меткий стрелок»		90	90	Игры-упражнения
31.		Общеразвивающие упражнения	Теория Знакомство с гимнастической стенкой. Техника безопасности.	30		90	Беседа, игры-упражнения
			Практика Формирование умений бросать мяч друг другу двумя руками. Закрепление умений лазанья по шведской стенке. Развитие координации движений, выносливости. Игры: «Зайчик в домике», «Теремок»		60		

32.			Ритмика	Практика Выполнение упражнений под музыку в парах. Разучивание танцевальных комбинаций в парах		90	90	Педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
33.			Общеразвивающие упражнения	Практика Упражнение в ходьбе по ограниченной поверхности, выполняя различные задания. Повторение прыжков на двух ногах с продвижением вперед. Эстафета		90	90	Педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий
34.			Стрейтчинг	Практика Повторение упражнений на развитие подвижности и гибкости суставов. Суставная гимнастика		90	90	Опрос, педагогическое наблюдение
35.			Мероприятие воспитательного значения	Теория Объяснение правил поведения на сцене и в зале	30		90	Участие в празднике-концерте
				Практика Выступление на празднике ЦТР		60		
36.			Итоговое занятие	Теория Подведение итогов работы за год. Рекомендации по перспективам дальнейшего обучения в других коллективах ПДДТ	30		90	Опрос, Игры-упражнения
				Практика Спортивные игры		60		
					900	2340	3240	
				ИТОГО ЧАСОВ	20	52	72	

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ МЕТОДИКИ И ТЕХНОЛОГИИ, ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методы обучения:

- Словесные: устное изложение, беседа
- Наглядные: показ видеоматериалов, иллюстраций, показ педагогом, наблюдение
- Практические: выполнение упражнений и команд педагога.

Современные образовательные технологии:

- Здоровьесберегающие,
- Игровые технологии,
- Технологии коллективного творчества,
- Информационно коммуникативные технологии
- Личностно-ориентированные технологии.

Материала из опыта работы: видеозаписи концертов и других мероприятий ЦТР

Наряду с традиционными методиками и технологиями педагогом могут использоваться в практике применения дистанционного обучения методики синхронного, асинхронного и смешанного обучения

Методика синхронного дистанционного обучения предусматривает общение учащегося в режиме реального времени.

Методика асинхронного дистанционного обучения применяется, когда невозможно общение между педагогом и учащимся в реальном времени.

Синхронная методика дистанционного обучения предполагает активное взаимодействие преподавателя и учащегося и, таким образом, большую нагрузку и на учащегося, и на педагога. При асинхронной методике больше ответственности за прохождение обучения возлагается на учащегося, когда на первый план выдвигается самообучение, индивидуальный темп обучения, регулирование этого темпа. Педагог при асинхронной методике дистанционного обучения выступает консультантом, но в меньшей степени, чем при синхронной методике дистанционного обучения.

Смешанная методика дистанционного обучения подразумевает, что программа обучения строится как из элементов синхронной, так и из элементов асинхронной методики обучения.

Представленным вариантам методики соответствуют следующие типы занятий, классифицированные в зависимости от времени осуществления коммуникации:

- в режиме реального времени (online занятия);
- в режиме отложенного времени (offline занятия);
- смешанный тип, включающий элементы и online, и offline занятий.

Использование традиционных и инновационных методов и технологий позволяет формировать у обучающихся **ключевые компетенции**:

- ценностно-смысловой,
- общекультурной,
- учебно-познавательной,
- информационной,
- коммуникативной,

- социально-трудовой,
- компетенции личностного самосовершенствования.

2. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Система контроля результативности обучения по программе разработана на основе положения ГБУ ДО «ПДДТ» о формах, периодичности, порядке проведения контроля обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам.

Критерии оценки результативности определяются в соответствии с реализуемой дополнительной общеобразовательной программой (приложение 1 и приложение 2).

В этих таблицах

Показатели - наглядно представляют ожидаемые результаты.

Показатели позволяют определить и ключевые компетенции, на которые делается упор при освоении программы.

Критерии (мерило) – совокупность признаков, на основе которых дается оценка показателей.

При реализации программы используется контроль результативности обучения: текущий, промежуточный, итоговый.

Текущий контроль – это оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств обучающихся; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года (приложение 3).

Промежуточный контроль – это оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных программ по итогам полугодия. Промежуточный контроль осуществляется в декабре каждого учебного года. Результаты фиксируются в карте педагогического мониторинга (приложение 4) и оформляются в информационной справке (приложение 5).

Итоговый контроль результативности освоения дополнительной общеобразовательной программы — это оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных программ по итогам учебного года (при сроке реализации программы — более одного года) и по мере окончания освоения дополнительной общеобразовательной программы. Итоговый контроль осуществляется, как правило, в апреле-мае, в соответствии с графиком. Результаты фиксируются в карте педагогического мониторинга и оформляются в информационной справке

Формы контроля:

- Участие в праздниках «В гостях у Феи...».
- Проведение открытых занятий для родителей.
- Срезы знаний и умений детей
- Опрос.
- Педагогическое наблюдение.
- Контроль качества выполнения заданий

При реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий необходим контроль посещения занятий и освоения учебного материала учащимися дистанционно.

Для контроля и оценки результатов обучения, подтверждения факта проведения занятия рекомендуется использовать следующие способы дистанционного взаимодействия:

- регистрация обучающихся на электронном ресурсе (при возможности);
- размещение учебного материала в сети Интернет;
- выполнение учащимися контрольных или тестовых заданий, предъявленных

- педагогу в электронном виде;
- выполнение учащимися небольших по объему творческих, проектных заданий, в том числе предполагающих коллективные формы взаимодействия через ресурсы сети Интернет, предъявленных педагогу дистанционно.

3. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

3.1. Нормативно-правовые акты

1. Федеральный закон Российской Федерации №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012
2. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации // Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р
4. Приоритетный проект "Доступное дополнительное образование для детей" // Протокол от 30.11.2016 №11 Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам
5. Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства // Указ Президента РФ от 29.05.2017 №240
6. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам // Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196.
7. Об утверждении Правил выявления детей, проявивших выдающие способности, сопровождения и мониторинга их дальнейшего развития // Постановление Правительства Российской Федерации от 17.11.2015 №1239
8. Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательной организации дополнительного образования детей" // Постановление Главного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41
9. О государственной программе Санкт-Петербурга "Развитие образования в Санкт-Петербурге" на 2015-2020 годы // Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 04.06.2014 №453
10. Закон Санкт-Петербурга "О патриотическом воспитании в Санкт-Петербурге" // Закон Санкт-Петербурга от 18.07.2016 № 453-87
11. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию // Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017 № 617-р.
12. Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ. // Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816.
13. Проектирование дополнительных общеразвивающих программ. Методические комментарии. Издание второе, переработанное. - СПб.: РИС ГБНОУ «СПБ ГДТЮ», 2022. - 40 с.

3.2. Литература используемая при реализации программ

В адрес педагога

1. Базовая аэробика в оздоровительном фитнесе. Учебное пособие. – Москва: ООО «УИЦ «ВЕК», 2006.
2. Детский фитнес. Учебное пособие. – Москва: ООО «УИЦ «ВЕК», 2010
3. Долгорукова О. «Фитнес-аэробика // Обруч 2005 № 6 С. 38-42.

4. Кузина И. «Степ-аэробика не просто мода» // Обруч 2014г.
5. Кузина И. Степ-аэробика для дошкольников// Дошкольное образование, 2008г.
6. Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДООУ” – Москва: ТЦ Сфера, 2015-175с.
7. Потапчук А.А. "Лечебные игры и упражнения для детей". Санкт-Петербург 2007.
8. Потапчук А.А., Дидур М.Д. «Осанка и физическое развитие детей». - Санкт-Петербург:- Речь,2020.
9. Прищепа «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет» // Москва 2019г.
10. Сайкина Е.Г., Кузьмина С.В. «Танцы на мячах». - Санкт-Петербург, 2014.
11. Степ-аэробика / журнал «Здоровье – спорт» №2. 2010.
12. Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 5-7 лет. – Москва: ТЦ Сфера, 2015. – 224 с. (Растим детей здоровыми).
13. Сулим Е.В. Пособие «Детский фитнес» (для детей 5-7лет). – Москва: ТЦ Сфера, 2015г.
14. Тарасова Т. А. “ Контроль физического состояния детей дошкольного возраста:
15. Утробина К.К. Занимательная физкультура для дошкольников/МоскваГНОМ и Д, 2009г.
16. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Фитнес-данс». С.-П. 2007.
17. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе»: (Танцевально–игровая гимнастика для детей) Учебно-методическое пособие. – Санкт-Петербург . Детство- пресс., 2010г.
18. Фомина Н. А. – методические рекомендации к программе по физ. воспит. дошкольников «Детский сад-2100», интернет ресурсы.

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Воспитание - деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Используется модульный принцип построения воспитательной работы: инвариантный (обязательный для всех учреждений дополнительного образования) и вариативный (по выбору образовательного учреждения).

Согласно модульному принципу Программа воспитания ГБУ ДО «ПДДТ» Невского района Санкт-Петербурга «**Будущее начинается сегодня**» имеет

Инвариантные модули:

«Учебное занятие» (открытые занятия и мониторинги результативности освоения программы),
«Детское объединение» (традиции коллектива, концерты и мероприятия),
«Воспитательная среда» (использование потенциала городской среды и социальное партнерство),
«Работа с родителями»,
«Самоопределение» (в том числе, ранняя профориентация)
«Наставничество»,
«Профилактика».

Вариативные модули:

«Юные инспекторы движения»,
«Юные инструкторы туризма»,
«Юные краеведы»,
«Юные музейеды».
«Отдых, оздоровление и занятость детей в период каникул» («Умные каникулы»)

Выбор инвариантных модулей обусловлен специфическими формами организации дополнительного образования, через которые успешно решаются задачи воспитания, и приоритетными направлениями, которые определяет государственная политика в области образования. Данные модули тесно связаны с деятельностью педагогов в рамках реализации дополнительных общеобразовательных программ.

Выбор вариативных модулей обусловлен особенностями учреждения и тематикой ответственной деятельности, определенной отделом образования.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

по воспитательной работе на учебный год с учетом календаря образовательных событий, приуроченных к государственным и национальным праздникам Российской Федерации, памятным датам и событиям российской истории и культуры

ИНВАРИАНТНЫЕ МОДУЛИ ПРОГРАММЫ¹

План мероприятий по реализации модуля «УЧЕБНОЕ ЗАНЯТИЕ»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «ДЕТСКОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ СРЕДА»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»

¹ Инвариантные модули тесно связаны с деятельностью педагогов в рамках реализации дополнительных общеразвивающих программ.

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «НАСТАВНИЧЕСТВО»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «ПРОФИЛАКТИКА».

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

ВАРИАТИВНЫЕ МОДУЛИ²

План мероприятий по реализации модуля «ЮНЫЕ ИНСПЕКТОРЫ ДВИЖЕНИЯ»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «ЮНЫЕ ИНСТРУКТОРЫ ТУРИЗМА»

№	дата	образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «ЮНЫЕ КРАЕВЕДЫ»

² Вариативные модули реализуются в программах определяющих особенности учреждения и с тематикой деятельности, определенной отделом образования, как деятельность опорного центра.

№	дата	Образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

План мероприятий по реализации модуля «ЮНЫЕ МУЗЕЕВЕДЫ»

№	дата	Образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

**План мероприятий по реализации модуля «Отдых, оздоровление и занятость детей в период каникул»
(«УМНЫЕ КАНИКУЛЫ»)**

№	дата	Образовательные события	мероприятие	аудитория	ответственный

**Мониторинг результатов обучения
ребенка по дополнительной общеобразовательной программе**

На основе материалов Буйловой Л.Н. доцента кафедры педагогики Московского института открытого образования, кандидата педагогических наук; Клёновой Н.В., зам. зав. отделом развития кадрового потенциала Московского городского Дворца детского (юношеского) творчества, кандидата философских наук.

	<i>Показатели (оцениваемые параметры)</i>	<i>Критерии</i>	<i>Степень выраженности оцениваемого качества</i>	<i>Возможное кол-во баллов</i>	<i>Методы диагностики</i>
ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ					
1	Теоретическая подготовка ребенка:				
1.1	Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы) <i>Учебно-познавательная компетенция</i>	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	<i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой);	3	наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.
			<i>средний уровень</i> (объем усвоенных знаний составляет более ½);	4	
			<i>максимальный уровень</i> (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период).	5	
1.2.	Владение специальной терминологией <i>Учебно-познавательная компетенция</i>	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	<i>минимальный уровень</i> (ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины);	3	собеседование
			<i>средний уровень</i> (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой);	4	
			<i>максимальный уровень</i> (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	5	
2	Практическая подготовка ребенка:				
2.1	Практические умения и навыки, предусмотренные программой • <i>Учебно-познавательная компетенция</i> • <i>Социально-трудовая компетенция</i>	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	<i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков);	3	контрольное задание
			<i>средний уровень</i> (объем усвоенных умений и навыков составляет более ½);	4	
			<i>максимальный уровень</i> (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период).	5	

2.2.	Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	<i>минимальный уровень умений</i> (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием);	3	контрольное задание
	Социально-трудовая компетенция		<i>средний уровень</i> (работает с оборудованием с помощью педагога);	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей).	5	
2.3.	Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	<i>начальный (элементарный) уровень развития креативности</i> (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога);	3	контрольное задание
	Общекультурная компетенция		<i>репродуктивный уровень</i> (выполняет в основном задания на основе образца);	4	
			<i>творческий уровень</i> (выполняет практические задания с элементами творчества).	5	

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ					
3	Общеучебные умения и навыки ребенка:				
3.1	Учебно-интеллектуальные умения:				
А	Умение подбирать и анализировать специальную литературу	Самостоятельность в подборе и анализе литературы	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	3	анализ исслед работы
	Учебно-познавательная компетенция		<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	
Б	Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в пользовании компьютерными источниками информации	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	3	анализ исслед работы
	Информационная компетенция		<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	

В	Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты, проводить самостоятельные учебные исследования) <ul style="list-style-type: none"> • <i>Учебно-познавательная компетенция</i> • <i>Ценностно-смысловая компетенция</i> 	Самостоятельность в учебно-исследовательской работе	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	3	анализ исслед работы
			<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	
3.2. Учебно-коммуникативные умения:					
А	Умение слушать и слышать педагога <i>Коммуникативная компетенция</i>	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	3	наблюдение
			<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	
Б	Умение выступать перед аудиторией <i>Коммуникативная компетенция</i>	Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной информации	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	3	наблюдение
			<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	
В	Умение вести полемику, участвовать в дискуссии <i>Коммуникативная компетенция</i>	Самостоятельность в построении дискуссионного выступления, логика в построении доказательств	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	3	наблюдение
			<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	

3.3.		Учебно-организационные умения и навыки:			
А	Умение организовать свое рабочее (учебное) место	Способность самостоятельно готовить свое рабочее место к деятельности и убирать его за собой	<i>минимальный уровень умений</i> (учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);	3	наблюдение
	Социально-трудовая компетенция		<i>средний уровень</i> (работает с литературой с помощью педагога или родителей)	4	
			<i>максимальный уровень</i> (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	5	
Б	Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	<i>минимальный уровень</i> (ребенок овладел менее чем ½ объема навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой);	3	наблюдение
	Социально-трудовая компетенция		<i>средний уровень</i> (объем усвоенных навыков составляет более ½);	4	
			<i>максимальный уровень</i> (ребенок освоил практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период).	5	
В	Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	удовл. – хорошо – отлично		наблюдение
	Социально-трудовая компетенция				

**Мониторинг личностного развития ребёнка
в процессе освоения им дополнительной образовательной программы**

	<i>Показатели (оцениваемые параметры)</i>	<i>Критерии</i>	<i>Степень выраженности оцениваемого качества</i>	<i>Возможное кол-во баллов</i>	<i>Методы диагностики</i>
ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ					
1	Организационно-волевые качества:				
1.1	Терпение <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i>	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности	терпения хватает < чем на ½ занятия	3	наблюдение
			терпения хватает > чем на ½ занятия	4	
			терпения хватает на все занятие	5	
1.2	Воля <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i>	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	волевые усилия ребёнка побуждаются извне	3	наблюдение
			иногда – самим ребёнком	4	
			всегда – самим ребёнком	5	
1.3	Самоконтроль • <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i> • <i>Ценностно-смысловая компетенция</i>	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)	ребёнок постоянно действует под воздействием контроля извне	3	наблюдение
			периодически контролирует себя сам	4	
			постоянно контролирует себя сам	5	

2	Ориентационные качества:				
2.1	Самооценка • <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i> • <i>Ценностно-смысловая компетенция</i>	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	завышенная	3	анкетирование
			заниженная	4	
			нормальная	5	
2.2	Интерес к занятиям в детском объединении • <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i> • <i>Ценностно-смысловая компетенция</i>	Осознанное участие ребёнка в освоении образовательной программы	интерес к занятиям продиктован ребёнку извне	3	тестирование
			интерес периодически поддерживается самим ребёнком	4	
			интерес постоянно поддерживается ребёнком самостоятельно	5	

3	Поведенческие качества:				
3.1	Конфликтность (отношение ребёнка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия) <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i>	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации	периодически провоцирует конфликты	0	тестирование, метод незаконченного предложения
			сам в конфликтах не участвует, старается их избежать	4	
			пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	5	
3.2	Тип сотрудничества (отношение ребёнка к общим делам детского объединения) <i>Компетенция личностного самосовершенствования</i>	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	избегает участия в общих делах	0	наблюдение
			участвует при побуждении извне	4	
			инициативен в общих делах	5	

**Мониторинг результатов обучения
ребенка по дополнительной общеобразовательной программе**

Способы определения результативности программы дополнительного образования:

Оценка умений проводится через контрольное посещения фитнес-занятий, в ходе которых выявляется уровень освоения курса по «Детскому фитнесу» детьми данного возраста по методике Н. А. Гукасовой, М.А. Руновой.

Результат отслеживается через диагностирование деятельности детей, которое проводится в начале учебного года (октябрь) и в конце (май).

Инструментарий для проведения контрольных занятий по фитнесу

Ф.И. ребенка	Равновесие		Гибкость		Знание базовых шагов		Быстрота		Строевые упражнения		Уровень усвоения программы	
	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К

Диагностические методики

1. Равновесие

1. Упражнение «Фламинго» Удержание равновесия на одной ноге, другая стопой к колену опорной, ее колено отведено в сторону на 30 градусов, руки на пояс (сек)

2. Упражнение «Ровная дорожка»

Носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги, стопы расположены на прямой линии (вес тела расположен на обе ноги). Руки опущены вниз, туловище прямо, смотреть вперед.

Фиксируется все в секундах, а так же оценивается характер балансировки.

3. Ходьба по гимнастической скамейке (по узкой стороне).

пол	5	6	7
мальчики	8,7 - 12	12,1 – 25,0	25,1 – 30,2
девочки	7,3 – 10,6	10,7 – 23,7	23,8 - 30

2. Гибкость.

Стоя на гимнастической скамейке, наклониться вперед, ноги не сгибая в коленях.

	Уровни	5-6 лет	6 -7лет
мальчики	высокий	7 см	6см
	средний	2 – 4 см	3 – 5 см
	низкий	Менее 2 см	Менее 3 см
девочки	высокий	8 см	8 см
	средний	4 – 7 см	4 – 7 см
	низкий	Менее 4 см	Менее 4 см

3. Знание базовых шагов.

Высокий – свободно воспроизводит базовые шаги.

Средний – выполнение базовых шагов при многократном повторении педагога

Низкий – затрудняется в выполнении базовых шагов

3.1. Быстрота

	пол	5	6	7
10м с хода (сек)	мальчики	2,5 – 2,1	2,4 – 1,9	2,2 – 1,8
	девочки	2,7 – 2,2	2,5 – 2,0	2,4 – 1,8
30 м с со старта	мальчики	9,2 – 7,9	8,4 – 7,6	8,0 – 7,4
	девочки	9,8 – 7,3	8,9 – 7,7	8,7 – 7,3

Тест по определению прироста показателей психофизических качеств:

Высокий уровень – выполнение всех тестов без ошибок;

Средний уровень – соответствие трем показателям (3 теста)

Ниже среднего – выполнено 2 теста.

КАРТА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА 20 ___/20___ учебный год

Педагог _____

Дополнительная общеразвивающая программа _____

Год обучения _____ Группа № _____

№ п/п	Фамилия и имя обучающегося	РЕЗУЛЬТАТЫ обучения по программе													РЕЗУЛЬТАТЫ личностного развития								
		Предметные				Метапредметные									Личностные								
		Теоретическая подготовка		Практическая подготовка		Учебно-интеллектуальные умения		Учебно-коммуникативные умения		Учебно-организационные умения и		Предметные достижения		Итого %		Организационно-волевые качества		Ориентационные качества		Поведенческие качества		Итого %	
		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие	
1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2		
1.																							
2.																							
3.																							
4.																							
5.																							
6.																							
7.																							
8.																							
9.																							
10.																							
11.																							
12.																							
13.																							
14.																							
15.																							
	%																						
	ИТОГО																						

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

о контроле результатов освоения учащимися образовательной программы объединения

20___/20___ учебный год

отдел _____

направленность _____

Название _____ дополнительной _____ общеразвивающей _____ программы,

год обучения _____, № группы _____

Педагог (Ф.И.О.) _____

Дата проведения контроля:

Промежуточный _____ Итоговый _____

Форма проведения контроля _____

Форма оценки результатов: Высокий уровень освоения программы - 90% - 100%.Средний уровень освоения программы - 75% - 89%Низкий уровень освоения программы – 60% - 74%**Результаты промежуточного контроля**

Всего диагностировано _____ учащихся

Из них по результатам контроля достигли уровня освоения программы:

Высокий - _____ чел.

Средний - _____ чел.

Низкий - _____ чел.

Подпись педагога _____

Результаты итогового контроля

Всего диагностировано _____ учащихся

Из них по результатам контроля достигли уровня освоения программы:

Высокий - _____ чел.

Средний - _____ чел.

Низкий - _____ чел.

Подпись педагога _____

Показатель качества обучения $A = ((B+C):D) \times 100\%$

сложить количество учащихся, имеющих высокий (B) и средний (C) уровень, разделить это число на общее количество учащихся в объединении (D) и умножить результат на 100%.

Показатель качества обучения $A =$ _____ %