

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №10 «Снежинка»

Программа физкультурно-спортивной направленности  
«BABY-TIME» для детей 4-7 лет



г. Урай

### *Актуальность программы*

Состояние здоровья подрастающего поколения вызывает особую озабоченность государства и общества. Важно не только родить ребенка, но и вырастить его здоровым, заложить фундамент здоровья, потому что в будущем этот ребенок тоже станет родителем и генетически передаст своему ребенку свое здоровье. А ведь всем известно, что будущее нашей нации и государства - это наши дети. В современных условиях развития общества проблема здоровья детей на данный момент является самой актуальной.

Дошкольное детство, является начальной ступенью в образовательной системе нашего государства, где закладываются те основы всесторонне развитого ребенка, который затем шагает вверх по ступеням образования. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования ставит перед собой целый ряд задач. Одной, из которых является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Выдающийся педагог В.А.Сухомлинский подчеркивал, что от здоровья, жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Занятия физической культурой позволяет детскому организму накопить силы и обеспечить не только полноценное физическое, но и разностороннее развитие. И именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим развитием ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно-волевых черт личности. Ряд авторов (А. В. Кенеман, Д. В. Хухлаева; Н. Н. Ефименко; М. Д. Маханева; Э. Я. Степаненкова; С. Б. Шарманова, А. И. Федоров и др.) подчеркивают, что задачи физического воспитания должны решаться в комплексе и взаимосвязи с задачами умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания.

Сегодня специалисты в области физического воспитания, в том числе дошкольного, находятся в состоянии поиска организационных форм занятий, которые вобрала бы в себя все, интегрировали новое эффективное, созданное наукой и практикой в области оздоровительной физической культуры.

В этой связи актуальной становится проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья ребенка, приобщения к здоровому образу жизни и увеличения двигательной активности как мощного фактора интеллектуального и эмоционального развития человека

Один из способов решения этой проблемы является программа «BABY-TIME» - это не сложная спортивная тренировка, а увлекательный цикл занятий, развивающий у детей координацию и ловкость движений, гибкость и пластичность, чувство ритма, внимание и скорость реакции, повышение способности ориентироваться в пространстве, укрепление осанки и мускулатуры ребенка, помогающее достичь отличной физической формы и приобщающее к здоровому образу жизни.

**Цель:** внедрение в воспитательно-образовательный процесс современных технологий, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья детей

дошкольного возраста с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей, формирование основ здорового образа жизни.

**Задачи:**

- сохранение и укрепление здоровья воспитанников.
- повышение интереса воспитанников к занятиям физической культурой.
- совершенствование физических способностей: координации, силы, выносливости, ловкости, гибкости, скорости.
- развитие дыхательной, сердечно-сосудистой системы, всех мышечных групп.
- развитие пространственной ориентации, ориентации в собственном теле.
- воспитание раскрепощенности и творчества в движении, умения выражать эмоции.
- пополнение развивающей предметно-пространственной среды способствующей физическому развитию.
- повышение уровня профессиональной компетентности педагогов, родителей (законных представителей) в вопросах организации физического развития.
- обобщение опыта и разработка методических рекомендаций по физическому развитию.
- распространение опыта работы на муниципальном и региональном уровне.

Расширение количества социальных партнеров с целью приобретения опыта по физическому развитию. **Новизной** данной программы является включение современных технологий: фитнеса, степ-аэробики, футбол гимнастики, игрового стретчинга, мультимедийных видеозаписей освоение которых, поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию, профилактике различных заболеваний.

Основная **идея** программы заключается в организации деятельности, объединяющей инновационные и здоровьесберегающие технологии, направленные на физическое развитие, сохранение и укрепление здоровья дошкольников.

**Значимость для развития системы образования:** в современной системе образования Российской Федерации физическому развитию детей дошкольного возраста отводится особое место. Именно в этот период ребенок наиболее чутко реагирует на изменение природной и социальной среды, в том числе, на профилактические и оздоровительные мероприятия.

Сегодня физическое воспитание является одним из основных направлений в детских образовательных учреждениях, так как многие современные дети страдают повышенной массой тела, нарушениями опорно-двигательного аппарата и другими отклонениями в состоянии здоровья. На организм детей недостаточная физическая подготовленность влияет крайне отрицательно: если физическая активность у ребенка отсутствует или она незначительна, то и объем информации, поступающей из рецепторов мышц, уменьшается, что негативно отражается на обменных процессах в тканях головного мозга и способствует развитию нарушений его регулирующей функции.

Анализируя мониторинг физического развития детей МБДОУ выявлено, что 24,7% воспитанников имеется высокий уровень физической подготовленности, 63% средний и 12,3 низкий. Это позволяет сделать вывод, что у детей в основном преобладает средний уровень физического развития. При проведении мониторинга у воспитанников отмечается недостаточная сформированность ловкости и гибкости, имеются трудности с координацией движений. Также выявлены проблемы в освоении некоторыми детьми некоторых упражнений.

Регулярные физические нагрузки имеют положительное влияние на физическое развитие дошкольников. Это обусловлено тем, что при правильном и целенаправленном воздействии у детей формируются основные физические

качества (выносливость, сила, ловкость, быстрота и т.д.), закладывается основа крепкого здоровья и развиваются навыки необходимые для работоспособности. Также положительно сказываются на настроении детей, улучшают их сон, повышают здоровье и работоспособность, что является основой нормального психического и физического развития детей.

**Практическая значимость** программы состоит в систематическом применении продолжительных, умеренных по интенсивности упражнений с регулируемой физической нагрузкой, способствующих укреплению здоровья. Программа «BABY-TIME» основана на сочетании ритмичной, эмоциональной музыки и аэробных упражнений с применением современных средств фитнеса, что делает занятия привлекательными. Занятия дают возможность гармонично сочетать упражнения для развития таких качеств, как выносливость, координация движений, сила и гибкость.

Принципы создания программы:

- Доступность (учёт возрастных особенностей, адаптированность материала к возрасту детей).
- Систематичность и последовательность (постепенная подача материала от простого к сложному, частое повторение усвоенных упражнений и комплексов).
- Наглядность.
- Динамичность.
- Дифференциация (учёт возрастных особенностей, создание благоприятной среды для усвоения норм и правил здорового образа жизни каждого ребенка).
- Принципы интеграции образовательных областей.

Интеграция с другими образовательными областями:

*Социально — коммуникативное развитие:*

- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование культурных привычек в процессе группового общения с детьми и педагогом;
- развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу процесса и результатов продуктивной деятельности;
- формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности в различных видах продуктивной деятельности.

*Познавательное развитие:*

- развитие способности к импровизации в движении;
- сенсорное развитие, формирование целостной картины мира;
- расширение кругозора в сфере спорта, искусства, творчества;
- игры-моделирование композиций.

*Речевое развитие:*

- практическое овладение учащимися нормами речи, использование для обогащения словарного запаса художественных произведений и художественного слова: логоритмика, потешки, терминология хореографии, терминология гимнастики, спортивная терминология; фитнес, тренажеры, игровой стретчинг.
- развитие связной и монологической речи при описании характера музыкальных произведений, танцевальных стилей, элементов гимнастики, хореографии; спортивная терминологии;
- в процессе обыгрывания сюжета ведется непрерывный разговор с детьми, дети друг с другом в ходе или после занятия обсуждают свою работу.

*Художественно — эстетическое развитие:*

- использование различных музыкальных стилей для обогащения содержания области деятельности, развитие детского творчества, приобщение к различным видам искусства, развитие художественного восприятия и эстетического вкуса;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;
- обсуждение просмотренных материалов (соревнований, мероприятий, концертов, сказок, постановок);
- выступления на праздниках, развлечениях;
- участие в спортивных праздниках;
- музыкотерапия – прослушивание звуков окружающего мира, музыкальных сказок и импровизаций на различные темы.

*Физическое развитие:*

- развитие двигательных качеств и умений;
- развитие мелкой моторики, воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;
- использование здоровьесберегающего принципа.

*Методы работы с детьми:*

- игровой метод (драматизация, театрализация, игротритмика, игрогимнастика, загадывание загадок и т.д.);
- метод сравнения - наглядная демонстрация образцов правильного и неправильного владения исполнительскими навыками;
- метод звуковых и пространственных ориентиров;
- метод наглядно-слухового показа;
- метод активной импровизации;
- метод коммуникативного соревнования;
- метод упражнения (многократные повторения музыкально-ритмических и танцевальных движений).

**Участники проекта: воспитанники 4-7 лет**

**Вид проекта: долгосрочный.**

**Сроки реализации проекта: 2022 – 2025 учебный год.**

**Нормативно-правовая база**

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Федеральный закон Российской Федерации от 23.11.2007г. «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (изменения 01.06.2022г)
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (изменения от 21.01.2019г.)
- Письмо департамента общего образования от 28.02.2014 г. № 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования».
- Распоряжение Правительства Российской от 29.05.2015 г. № 996 «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»
- Семейный кодекс РФ от 8.12.1995 г.
- Модельный закон о воспитании детей и молодежи №32 от 14.05.2009 г.

**Этапы реализации проекта по учебным годам.**

## **1 этап (подготовительный)**

**август – сентябрь 2022г.**

- Создание рабочей группы по реализации проекта.
- Анализ эффективности сложившейся системы физического воспитания, выявление актуальных проблем, подбор способов решения.
- Повышение квалификации педагогов по теме «Реализация в ДОО современных подходов к физическому развитию детей 2-7 лет».
- Формирование локальных нормативных актов и организационно-методической базы по реализации проекта.
- Составление плана мероприятий, способствующих укреплению здоровья детей дошкольного возраста.
- Привлечение к сотрудничеству родителей (законных представителей) воспитанников (анкетирование, опрос, беседы, выявление интересов и пожеланий).
- Разработка диагностических карт развития (для определения эффективности проекта).
- Пополнение материально-технической базы дошкольного учреждения оборудованием для реализации программы.
- Привлечение к сотрудничеству учреждения города, заключение договоров, составление плана совместных мероприятий с социальными партнерами.

## **2 этап (экспериментально-практический)**

**Октябрь 2022 г.- май 2023г.**

- Консолидация деятельности творческой группы педагогов по разработке и апробации эффективных направлений по физическому воспитанию.
- Информационно-консультационное и научно-методическое сопровождение педагогов по освоению современных методик направленных на укрепление здоровья детей дошкольного возраста.
- Реализация программы способствующей укреплению здоровья детей дошкольного возраста средствами физических упражнений, с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей, формирование основ здорового образа жизни.
- Проведение просветительских, агитационных мероприятий с родителями (законных представителей) воспитанников.
- Промежуточный мониторинг с целью выявления эффективности реализации проекта.

**Август 2023 г. – май 2024 г.**

- Внесение коррективов на основании промежуточного мониторинга.
- Информационно-консультационное и научно-методическое сопровождение педагогов по освоению современных методик направленных на укрепление здоровья детей дошкольного возраста.
- Реализация программы способствующей укреплению здоровья детей дошкольного возраста средствами физических упражнений, с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей, формирование основ здорового образа жизни.
- Проведение просветительских, агитационных мероприятий с родителями (законными представителями) воспитанников.

- Промежуточный мониторинг с целью выявления эффективности реализации проекта.

#### **Август 2024 г. – май 2025 г.**

- Внесение коррективов на основании промежуточного мониторинга.
- Информационно-консультационное и научно-методическое сопровождение педагогов по освоению современных методик направленных на укрепление здоровья детей дошкольного возраста.
- Реализация программы способствующей укреплению здоровья детей дошкольного возраста средствами физических упражнений, с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей, формирование основ здорового образа жизни.
- Проведение просветительских, агитационных мероприятий с родителями официальными представителями воспитанников.

#### **3 этап (аналитический)**

#### **Май 2025 г.**

- Мониторинг эффективности реализации проекта, соотношение результатов с поставленными целями и задачами.
- Обобщение опыта и разработка методических рекомендаций по укреплению здоровья детей дошкольного возраста средствами физических упражнений, с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей, формирование основ здорового образа жизни.
- Диссеминация результатов инновационной деятельности через проведение практико-ориентированных семинаров, онлайн-консультаций.
- Распространение опыта в интернет ресурсах и публикации в методических изданиях и в СМИ.

#### **Прогнозируемые результаты по каждому этапу реализации проекта:**

##### **1 этап август-сентябрь 2022г.**

- Создана творческая группа педагогов по разработке и апробации эффективных направлений по физическому развитию.
- Повышена профессиональная компетенция педагогов.
- Разработаны:
  - диагностические карты развития (для определения эффективности проекта),
  - локальная нормативная база ДОУ,
  - методическое и материально-техническое обеспечение воспитательно-образовательного процесса.
- Выявлены запросы и пожелания у родителей (законных представителей).
- Пополнена материально-техническая база дошкольного учреждения оборудованием для реализации программы.
- Увеличено количество социальных партнеров МАУ «СШ»СТАРТ».

##### **2 этап октябрь 2022г. - май 2025г.**

- Творческая группа педагогов по разработке и апробации эффективных направлений по физическому развитию.
- Разработаны методические рекомендации по укреплению здоровья детей дошкольного возраста с использованием современных технологий и распространение опыта работы на муниципальном и региональном уровне.
- Результаты мониторинга эффективности программы.
- Внесение коррективов в программу.

- Привлечение родителей к реализации проект за счет проведения просветительских мероприятий.
- Мастер-класс для педагогов «Современные технологии здоровьесбережения».
- Семинар-практикум городского уровня «Современные подходы физического развития в ДОУ».
- Проведение совместного мероприятия с родителями (законными представителя) «Все за ЗОЖ».

### **3 этап май 2025г**

- Создан банк учебно-методических материалов, дидактических пособий, методических рекомендации и инструкции по внедрению современных технологий и форм работы, направленных на укрепление здоровья детей дошкольного возраста.
- Распространение опыта инновационной деятельности через проведение практико-ориентированных семинаров, онлайн-консультаций, публикации в методических изданиях.

Распространение педагогического опыта через проведение семинаров, вебинаров, мастер-классов, консультации, публикации в периодических в профессиональных изданиях, сборниках, на образовательных порталах; трансляция видео роликов в СМИ, интернет ресурсах, и т.д.

#### **Ожидаемый результат взаимодействия с детьми:**

##### У детей:

- снизится заболеваемости детей, посещающих занятия,
- сформируется стойкий интерес к занятиям физической культурой,
- сформируется мотивация к здоровому образу жизни,
- сформируется интерес к собственным достижениям,
- овладеет танцевальными комбинациями и упражнениями,
- узнает связки и блоки с использованием основных движений в танцевальном стиле,
- развита координация движений рук и ног, быстрота реакции,
- научится работать на степ-платформе, выполнять хореографические движения;
- сформируется правильная осанка,
- развито чувство ритма, темпа, согласованность движений с музыкой, творческие способности, умение выражать свои чувства при помощи танца.

##### У родителей:

- являются активными участниками в процессе укрепления здоровья детей,
- повысится родительская компетентность в вопросах физического воспитания детей.

##### Детский сад

- создан банк учебно-методических материалов, дидактических пособий,
- разработаны методические рекомендации и инструкции по внедрению и современных технологий и форм работы направленных на укрепление здоровья детей дошкольного возраста,
- городской семинар-практикум «Современные подходы по физическому развитию в ДОУ»
- публикации в методических изданиях,
- разработан диагностический материал,



- повышение рейтинга дошкольного учреждения за счет участия воспитанников в мероприятиях физкультурно-спортивной направленности.

### ***Механизм реализации программы***

Реализация программы «BABY-TIME» предполагает проведение двух занятий в неделю для детей 4-7 лет во вторую половину дня.

***Структура*** занятий включает в себя 3 части:

***Подготовительная часть*** – (организация детей, создание мотивации) разминка под музыку, которая подготавливает организм к выполнению основной части занятия к более сложным упражнениям. Включает в себя упражнения игрового стретчинга.

***Основная часть*** предполагает обучение упражнениям на развитие ритма, фитбол-гимнастики, степ-аэробики отдельно и в связке, а также обучение целому комплексу под музыку. Структура данной части зависит от направленности и цели занятия, от возможностей детей.

***Заключительная часть.*** Может включать упражнения йоги, дыхательной гимнастики, упражнениями на релаксацию.

Программа «BABY-TIME», включает в себя следующие направления: игровой стретчинг, аэробика, фитбол, йога, степ-аэробика.

***Игровой стретчинг*** – это методика гармоничного развития и оздоровления детей. В первую очередь это оздоровление, основанное на естественных растяжках, направлено на укрепление позвоночника и профилактику плоскостопия. Упражнения стретчинга носят имитационный характер и выполняются по ходу сюжетно-ролевой игры, состоящей из взаимосвязанных игровой ситуаций, заданий, упражнений, подобранных таким образом, чтобы содействовать решению оздоровительных и развивающих задач. Образно-подражательные движения развивают творческую, двигательную деятельность, творческое мышление, двигательную память, быстроту реакции, ориентировку в движении и пространстве, внимание. Эффективность подражательных движений заключается еще в том, что через образы можно осуществлять частую смену двигательной деятельности из различных исходных положений и с большим разнообразием видов движений, что дает хорошую физическую нагрузку на все группы мышц. Сочетание динамических и статических упражнений наиболее соответствует природе опорно-двигательного аппарата человека и является лучшим средством развития физических качеств: силы, ловкости, выносливости, гибкости.

***Ритмическая гимнастика с элементами аэробики*** - это общедоступный вид эмоциональной гимнастики, очень эффективный, улучшающий здоровье. Занятия ритмической гимнастики привлекают не только доступностью, но и возможностью изменять содержание в зависимости от возраста, интересов, уровня здоровья и физической подготовки за счет большого арсенала средств и методик. В ритмической гимнастике используется несколько групп упражнений: строевые, упражнения для согласования движений с музыкой, общеразвивающие, танцевальные, упражнения художественной гимнастики и оздоровительных видов гимнастики, а также базовые и основные шаги аэробики, в том числе с использованием степ-платформ.

***Фитбол-гимнастика*** – это упражнения на больших упругих мячах. Их выполнение решает целый комплекс задач: развитие моторики; обучение основным двигательным действиям; развитие и улучшение координации движений; укрепление мышечного корсета; улучшение работы сердечно-сосудистой и

дыхательной системы; нормализация работы нервной системы, стимуляция нервно-психического развития; улучшение кровоснабжения позвоночника, суставов и внутренних органов; устранение венозного застоя; улучшение коммуникативной и эмоционально-волевой сферы; стимулирование развития систем анализа, развития мелкой моторики и речи; адаптация организма к физическим нагрузкам.

**Йога** - это направление, которое развивает у детей внимание и усидчивость, организованность, воображение, волевые качества. Улучшается кровообращение, нормализуется деятельность внутренних органов, организм очищается от шлаков, снимается усталость, укрепляются слабые мышцы, развивается гибкость и улучшается осанка.

**Степ-аэробика** – это ритмичные движения вверх и вниз по специальной степплатформе, высота которой меняется в зависимости от уровня сложности упражнений. Степ-аэробика развивает подвижность в суставах, формирует свод стопы, тренирует равновесие, укрепляет мышечную систему, улучшает гибкость, пластику, восстанавливает тонус тела, нормализует деятельность сердечнососудистой системы, помогает выработать хорошую осанку, красивые, выразительные и точные движения, способствует гармоничному развитию. Занятия аэробикой доставляют детям большое удовольствие. Для того, чтобы занятия были более интересными и насыщенными, изготовили для детей индивидуальные снаряды — степы. Занятия степ-аэробикой сопровождаются бодрой, ритмичной музыкой, которая создает у детей хорошее настроение. Степ-платформы обладают для детей особой привлекательностью как некоторые ограничители персонального пространства — «домики». Занять по команде свой «домик», не выходить за границы «домика», выбежать из «домика» и заскочить обратно — любимый вид детской подвижной игры, доступной уже малышам. Для педагога же подобные «ограничители» места являются действенным способом организации и управления группой. Во-первых, степ платформа приподнята над полом, на нее в буквальном смысле нужно заскочить. Во-вторых, она требует от детей обостренного чувства пространства и равновесия. На ней сложнее двигаться, требуется больший контроль за собственными движениями, точная ориентировка. Занятия на степах приносят ощутимую пользу гиперактивным детям. Им сложно контролировать свое тело на ограниченном пространстве. Но психологическая привлекательность платформ и общий энтузиазм, характерный для занятий, таковы, что через два-три занятия дети адаптируются к требуемым условиям. И доска становится для них тем сдерживающим и организующим фактором, в котором они так нуждаются в обычной жизни.

Организация детского фитнеса основана на рациональном использовании средств культуры и спорта для улучшения здоровья и развития ребенка согласно возрастным нормам.

### **Материально-техническое обеспечение**

Для успешной работы и обеспечения прогнозируемых результатов необходимы следующие условия:

Спортивное оборудование:

1. Спортивный зал.
2. Спортивные коврики по количеству детей.
3. Гимнастические маты.
4. Степ-платформы по количеству детей.

5. Фитбол-мячи по количеству детей.
6. Обручи.
7. Гантели по количеству детей.

Вспомогательное оборудование:

1. Музыкальный центр.
2. Аудио-файлы для музыкального сопровождения занятий.
3. Проектор.
4. Презентации для освоения теоретической части и просмотра видеоуроков.
5. Картотека комплексов упражнений общеразвивающего воздействия.
6. Картотека комплексов специального воздействия.
7. Картотека подвижных игр и игр малой подвижности.
8. Спортивная форма.
9. Вспомогательное оборудование для оснащения мест хранения спортивного инвентаря.

### **Кадровое обеспечение**

Инструктор по физической культуре – 1

### **Календарный план реализации программы «BABY-TIME» на 2022-2025 учебные годы**

№	Мероприятие	Срок исполнения	Ответственные исполнители
1 этап (подготовительный)	Формирование локальной нормативной и организационно-методической базы по реализации проекта.	Август 2022г.	Зам. Зав. по ВМР Старший воспитатель
	Составление плана мероприятий, направленных на укрепление здоровья детей дошкольного возраста средствами физических упражнений, с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей, формирование основ здорового образа жизни.	Август 2022г.	Зам. Зав. по ВМР Старший воспитатель Инструктор по физической культуре
	Проведение анкетирования педагогов, родителей (законных представителей) воспитанников.	Сентябрь 2022г.	Старший воспитатель, инструктор по физической культуре педагоги ДОУ
	Проведение родительского собрания по вопросам физического воспитания детей.	Сентябрь 2022г.	Старший воспитатель, педагоги ДОУ
	Разработка диагностических карт развития (для определения эффективности проекта).	Сентябрь 2022г.	Старший воспитатель Инструктор по физической культуре
	Информационно-консультационное и научно-методическое сопровождение педагогов по освоению современных направлений физического развития.	Постоянно	Зам. Зав. по ВМР Старший воспитатель
	Повышение квалификации педагогов по теме «Реализация в ДОУ современных подходов к	Сентябрь-октябрь	Инструктор по физической культуре

	физическому развитию детей 2-7 лет».	2022г.		
	Пополнение материально-технической базы дошкольного учреждения оборудованием для реализации программы.	В течение реализации программы	Заведующий МБДОУ	
	Привлечение к социальному партнерству МАУ «СШ «СТАРТ».	Сентябрь 2022г.	Старший воспитатель	
	Тема занятия/ количество занятий	Краткое описание	Срок	Ответственные
	Веселый стретчинг- 1	Дать понятие игровой стретчинг; развитие мышечной силы, ловкости, гибкости, выносливости.	Сентябрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Степ-аэробика -1	Учить детей основным базовым движениям в степ-аэробике.	Сентябрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	В мире фитбола -2	Дать представление о форме и физических свойствах фитбола, разучить правильную посадку на фитболе, познакомить с правилами техники, безопасности выполнения упражнений на фитболе, формировать и закреплять навык правильной осанки.	Сентябрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Лесная зверобика -1	Классическая фитнес-аэробика (на основе базовых шагов); освоение упражнений общего воздействия, интенсивные упражнения в устойчивом ритме (под музыку) с движениями руками, туловищем, ногами; упражнения танцевального характера.	Сентябрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
2 этап 2022-2023гг.	Экскурсия по МАУ «СШ «СТАРТ»- 1	Ознакомление воспитанников с деятельностью.	Сентябрь 2022г.	Педагоги ДОУ, Ответственный за взаимодействие МАУ «СШ «СТАРТ»
	Прогулка по джунглям -2	Развивать чувство равновесия, ориентировку в пространстве; развивать	Сентябрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ

	<p>координацию движений на основе уже накопленного детьми опыта, растяжка различных групп мышц; укрепление мышц позвоночника; развитие выворотности и гибкости.</p>		
Воробьиная дискотека -2	<p>Фитнес - аэробика (на основе базовых шагов) с использованием инвентаря (степ-платформ); умение сочетать движения с музыкой и словом; освоение техники упражнений для развития силы мышц плече.</p>	Октябрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Чунга – чанга -2	<p>Развитие двигательных качеств, музыкально – ритмические и творческих способностей детей на занятиях с фитболами.</p>	Октябрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Веселая степ-аэробика - 2	<p>Развитие координации движений, ловкости, чувства равновесия, ориентировку в пространстве.</p>	Октябрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Весёлая физкультура- 2	<p>Укреплять суставно-связочный аппарат; закреплять динамические упражнения с фитболами, лазание по наклонной плоскости, формировать навыки самоорганизации в двигательной деятельности.</p>	Октябрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Волшебный цветок желаний- 2	<p>Улучшать координацию движений, выносливости, чувство ритма, ориентировки в пространстве.</p>	Ноябрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Трамвай - 2	<p>Обучение основным движениям сидя на мяче; обучение согласованию</p>	Ноябрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ

	танцевальных движений с музыкой, развитие координации движений; формирование правильной осанки и мелкой моторики.		
Теремок- 2	Формирование правильной осанки, развивать выносливость, быстроту, ловкость, координационные способности.	Ноябрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Солнца лучик золотой- 2	Продолжать учить динамическим упражнениям с фитболами, развитие выносливости, развитие гибкости мышц рук и ног.	Ноябрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Сказка про Винни-Пуха- 2	Формирование правильной осанки; формировать умение выполнять прямой галоп, прыжки; развивать мышцы плечевого пояса, плеч, ног; развивать чувства ритма, координации движений, образного мышления.	Декабрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Северное сияние - 1	Повышать функциональную активность сенсорных систем; закреплять динамические упражнения с фитболами; тренировать функцию равновесия; формировать целенаправленную двигательную активность с фитболами.	Декабрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Сказочная зарядка - 1	Приобщение к здоровому образу жизни.	Декабрь 2022г.	Педагоги ДОУ, Ответственный за взаимодействие МАУ «СШ «СТАРТ», родители (законные представители)

Как мы искали Царевну-лягушку- 2	Укреплять мышцы спины и живота при выполнении упражнений игрового стретчинга, развитие гибкости, координации движений, силовой выносливости.	Декабрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Чудесный огород- 2	Формирование правильной осанки; развивать мышцы плечевого пояса, плеч, ног; развивать чувства ритма, координации движений, образного мышления.	Декабрь 2022г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Семь нот- 2	Продолжать способствовать формированию осанки, укреплять линию мышц туловища, развивать гибкость и пластичность.	Январь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Путешествие по морским глубинам- 2	Развитие навыков гибкости, пластичности, выразительности, грациозности, формирование правильной осанки.	Январь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Физкультура всем нужна- 2	Развивать у детей координацию движений ловкость, быстроту в подвижных играх и эстафетах; развивать у детей чувство ритма и умение согласовывать свои движения с музыкой.	Февраль 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ, родители (законные представители)
Зимняя сказка- 1	Растягивание различных групп мышц; укрепление мышц спины; развитие выворотности, гибкости, координации.	Февраль 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Дождик- 1	Развитие координации движений, двигательных качеств, музыкально – ритмические и творческих способностей.	Февраль 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ

Фея моря- 2	Продолжать способствовать формированию осанки, растягивание мышц ног и развитие пластичности движений.	Февраль 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Путешествие в Африку- 2	Способствовать формированию правильной осанки; содействовать профилактике плоскостопия; развитию координации движений.	Февраль 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
В гости к кролику- 1	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие образного мышления при выполнении упражнений.	Март 2023г	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Выставка рисунков «Если хочешь быть здоров» -1	Привлечение внимания к здоровому образу жизни	Март 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Старуха Шапокляк- 2	Укрепление мышц ног и передней поверхности бедра, укреплять суставно-связочный аппарат, развитие выносливости, развитие гибкости мышц рук и ног.	Март 2023г	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Лукоморье- 2	Развитие гибкости и подвижности суставов верхнего и нижнего плечевого пояса; поочередное расслабление мышц рук и ног; профилактика плоскостопия.	Март 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Дерево Простоквашино- 2	Растягивание и укрепление различных групп мышц, развитие гибкости суставов, развитие образного мышления при выполнении упражнений.	Март 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Мастер-класс для педагогов	Представление опыта работы.	Апрель 2023г.	Инструктор по физической культуре



«Современные технологии здоровьесбережения»			
Маленькие гимнасты- 2	Расширять функциональные возможности вестибулярной сенсорной системы; продолжать учить динамическим упражнениям с фитболами, прыжкам на батуте, тренировать функцию равновесия.	Апрель 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Цветик-семицветик- 2	Растягивание различных групп мышц; укрепление мышц спины; развитие выворотности и гибкости.	Апрель 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Страна гномов- 1	Развитие выносливости при физических нагрузках, совершенствование физических качеств, чувства ритма, внимания, координации движений, их согласованности с музыкой.	Апрель 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Игры спортивного года -1	Привлечение внимания к здоровому образу жизни, закрепление полученных результатов.	Апрель 2023г.	Педагоги ДОУ, Ответственный за взаимодействие МАУ «СП «СТАРТ»
В поиске друзей- 2	Способствовать формированию правильной осанки, содействовать профилактике плоскостопия, развитию чувства ритма, координации движений, развивать мышечную силу, ловкость, гибкость, выносливость.	Апрель 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Промежуточный мониторинг с целью выявления эффективности реализации проекта - 3		Май 2023г.	Зам. Зав. по ВМР Старший воспитатель Инструктор по физической культуре

	Итоговое мероприятие «Наши достижения» представления результатов по окончанию года реализации программы -1	Май 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ, музыкальный руководитель, родители (законные представители)	
	Тема занятия	Краткое описание	Срок	Ответственные
2 этап 2023-2024гг.	Необыкновенный фитнес -2	Вводное занятие, техника безопасности на занятиях, правила поведения на степ-платформах, фитболах, развитие мышечной силы, ловкости, гибкости, выносливости.	Сентябрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Фитнес-зарядка-2	Разминка, степ-аэробика с обручем, силовая гимнастика на степ-платформе, стретчинг, релаксация.	Сентябрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	В мире животных-2	Разминка, степ-аэробика с обручем, фитбол гимнастика, дыхательная гимнастика, силовая гимнастика на степ-платформе, пальчиковая гимнастика, релаксация-йога.	Сентябрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Прогулка в лес-2	Разминка, силовая гимнастика с атлетическим мячом на степ-платформе, аэробика, игра «Походка и настроение» стретчинг, релаксация.	Сентябрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Путешествие по острову-2	Разминка, степ-аэробика с обручем, фитбол гимнастика, дыхательная гимнастика, релаксация-йога.	Октябрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Чунга - чанга-2	Разминка, аэробика «Зоопарк», степ-аэробика, дыхательная гимнастика, силовая гимнастика на степ-платформе,	Октябрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ

	стретчинг, релаксация.		
Развлечение «Веселые старты»-1	Приобщение к здоровому образу жизни.	Октябрь 2023г.	Педагоги ДОУ, Ответственный за взаимодействие МАУ «СШ «СТАРТ», родители (законные представители)
Волшебные превращения -2	Разминка, степ-аэробика с большим мячом, дыхательная гимнастика, стретчинг, релаксация-йога.	Октябрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Карапузы-2	Разминка, степ-аэробика с маленьким мячом, дыхательная гимнастика, стретчинг.	Октябрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Красны, желтый, голубой-2	Стретчинг, силовая гимнастика с атлетическим мячом, фитбол гимнастика, дыхательная гимнастика, релаксация.	Ноябрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Весёлые ребята-2	Разминка, силовая гимнастика с атлетическим мячом на степ-платформе, аэробика, игра «Походка и настроение» стретчинг, релаксация.	Ноябрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Волшебный цветок-2	Разминка, степ-аэробика с обручем, фитбол гимнастика, дыхательная гимнастика, гимнастика на степ-платформе, стретчинг, релаксация-йога.	Ноябрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
В тридевятом царстве-2	Разминка, степ-аэробика с большим мячом, дыхательная гимнастика, стретчинг.	Ноябрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Теремок-2	Разминка, степ-аэробика с обручем, фитбол гимнастика, дыхательная гимнастика, силовая гимнастика на степ-	Декабрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ

		платформе, релаксация-йога.		
	Непоседы -2	Разминка, степ-аэробика с обручем, фитбол гимнастика, дыхательная гимнастика, релаксация-йога.	Декабрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Силачи-2	Разминка, силовая гимнастика с атлетическим мячом на степ-платформе, аэробика, релаксация-йога.	Декабрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Юные гимнасты-2	Разминка, степ-аэробика с обручем, силовая гимнастика на степ-платформе, стретчинг, релаксация.	Декабрь 2023г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	«Спортивный флешмоб» -1	Приобщение к здоровому образу жизни.	Январь 2024г.	Педагоги ДОУ, Ответственный за взаимодействие МАУ«СШ«СТАРТ», родители (законные представители)
	Батарейка -1	Разминка, степ-аэробика с обручем, силовая гимнастика на степ-платформе, стретчинг, релаксация.	Январь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Путешественники-2	Разминка, степ-аэробика с мячом, фитбол гимнастика, гимнастика на степ-платформе, стретчинг, релаксация-йога.	Январь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	В мире сказок-2	Разминка, силовая гимнастика с атлетическим мячом на степ-платформе, аэробика, стретчинг, йога.	Февраль 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Зимняя сказка-2	Разминка, степ-аэробика с обручем, фитбол гимнастика, дыхательная гимнастика, стретчинг, релаксация-йога.	Февраль 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Дискотека-2	Разминка, степ-аэробика с	Февраль	Инструктор по

	большим мячом, дыхательная гимнастика, стретчинг.	2024г.	физической культуре, педагоги ДОУ
Метелица-2	Разминка, силовая гимнастика с атлетическим мячом на степ-платформе, аэробика, релаксация.	Февраль 2024г	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Веселые ребята-2	Разминка, футбол гимнастика; дыхательная гимнастика, релаксация-йога.	Март 2024г	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Фантазеры-2	Разминка, степ-аэробика с маленьким мячом, гимнастика на степ-платформе, стретчинг, релаксация-йога.	Март 2024г	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
«Колобок» - здоровый урок-1	Привлечение внимания к здоровому образу жизни, закрепление полученных результатов.	Март 2024г.	Педагоги ДОУ, Ответственный за взаимодействие МАУ«СШ «СТАРТ»
Всё по плечу-2	Разминка, аэробика «Зоопарк», степ-аэробика, дыхательная гимнастика, стретчинг, йога.	Март 2024г	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
В гости к ежику-2	Разминка, степ-аэробика с обручем, футбол гимнастика, дыхательная гимнастика релаксация-йога.	Апрель 2024г	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Путешественники-2	Разминка, степ-аэробика, футбол гимнастика, дыхательная гимнастика, стретчинг, релаксация-йога.	Апрель 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Семинар-практикум городского уровня «Современные подходы физического развития в ДОУ»	Распространение опыта работы.	Апрель 2024г.	Зам. зав. по ВМР Старший воспитатель
Лесное путешествие-2	Разминка, степ-аэробика с маленьким мячом, футбол гимнастика, дыхательная гимнастика; стретчинг, релаксация-йога.	Апрель 2024г	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ

	Физкультура всем нужна- 2	Развивать у детей координацию движений ловкость, быстроту в подвижных играх и эстафетах; развивать у детей чувство ритма и умение согласовывать свои движения с музыкой.	Апрель 2024г	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ, родители (законные представители)
	Промежуточный мониторинг с целью выявления эффективности реализации проекта - 3		Май 2024г	Зам. Зав. по ВМР Старший воспитатель Инструктор по физической культуре
	Итоговое мероприятие «Наши достижения» представления результатов по окончанию года реализации программы -1		Май 2024г	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ, музыкальный руководитель, родители (законные представители)
2 этап 2024-2025гг.	Тема занятия	Краткое описание	Срок	Ответственные
	Чудо-фитнес -2	Вводное занятие, техника безопасности на занятиях, правила поведения на степ-платформах, фитболах, развитие мышечной силы, ловкости, гибкости, выносливости.	Сентябрь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Фитнес-зарядка -2	Разминка, фитбол, степ-аэробика, стретчинг, релаксация.	Сентябрь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Веселые ребята -2	Разминка, степ-аэробика с гантелями, дыхательная гимнастика, релаксация-йога.	Сентябрь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Листопад -2	Разминка, фитбол гимнастика; дыхательная гимнастика, стретчинг, релаксация-йога.	Сентябрь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
	Веселые эстафеты -1	Привлечение внимания к здоровому образу жизни, закрепление полученных результатов.	Октябрь 2024г.	Педагоги ДОУ, Ответственный за взаимодействие МАУ «СШ «СТАРТ» родители (законные представители)

Зверополис -2	Разминка, степ-аэробика с большим мячом, дыхательная гимнастика, стретчинг.	Октябрь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Чудо-резинка -2	Разминка, силовая гимнастика с резиновым жгутом, степ-аэробика, стретчинг, релаксация-йога.	Октябрь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Веселые обезьянки -2	Разминка, футбол гимнастика; дыхательная гимнастика, стретчинг, релаксация-йога.	Октябрь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Путешествие в страну спорта - 2	Разминка, степ-аэробика с мячом, футбол гимнастика, гимнастика на степ-платформе, стретчинг, релаксация-йога.	Ноябрь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Сильные, смелые, умелые -2	Разминка, силовая гимнастика с резиновым жгутом, степ-аэробика, стретчинг, релаксация-йога.	Ноябрь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Переполох -2	Разминка, степ-аэробика с обручем, футбол гимнастика, дыхательная гимнастика, силовая гимнастика на степ-платформе, релаксация-йога.	Ноябрь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Волшебные превращения -2	Разминка, степ-аэробика с большим мячом, дыхательная гимнастика, стретчинг, релаксация-йога.	Ноябрь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
В гостях у Клавы -2	Разминка, силовая гимнастика с резиновым жгутом, футбол аэробика, стретчинг, релаксация-йога.	Декабрь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Непоседы -2	Разминка; силовая гимнастика с атлетическим мячом на степ-платформе;	Декабрь 2024г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ

		пальчиковая гимнастика; аэробика; релаксация.		
«Дорожка здоровья» (спортивная эстафета) -1		Приобщение к здоровому образу жизни.	Декабрь 2024г.	Педагоги ДОУ, Ответственный за взаимодействие МАУ «СШ «СТАРТ»
Разноцветные фантазии -2		Разминка, степ-аэробика с обручем, футбол гимнастика, дыхательная гимнастика, релаксация-йога.	Декабрь 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Птичка-невеличка -2		Разминка, степ-аэробика с большим мячом, дыхательная гимнастика, стретчинг, релаксация-йога.	Декабрь 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Вперед к приключениям -2		Разминка, степ-аэробика, силовая гимнастика с атлетическим мячом, стретчинг, релаксация-йога.	Январь 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Розовый павлин -2		Разминка, силовая гимнастика с резиновым жгутом, степ-аэробика, стретчинг, релаксация-йога.	Январь 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Зимняя сказка -2		Разминка, степ-аэробика с обручем, футбол гимнастика, дыхательная гимнастика, силовая гимнастика на степ-платформе, стретчинг, релаксация-йога.	Февраль 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
В гостях у лесных жителей -2		Разминка, степ-аэробика с большим мячом, дыхательная гимнастика, стретчинг.	Февраль 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Зайчата -1		Разминка, степ-аэробика с обручем, футбол гимнастика, дыхательная гимнастика, релаксация-йога.	Февраль 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Тренировка «В здоровом теле – здоровый дух»-1		Приобщение к здоровому образу жизни.	Февраль 2025г.	Педагоги ДОУ, Ответственный за взаимодействие



			МАУ «СШ «СТАРТ»
Веселые ребята -2	Разминка, степ-аэробика с большим мячом, дыхательная гимнастика, стретчинг.	Февраль 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Чудесные превращения -2	Разминка, силовая гимнастика с атлетическим мячом на степ-платформе, стретчинг, релаксация.	Март 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Супер-герои-1	Разминка, силовая гимнастика с резиновым жгутом, фитбол гимнастика, стретчинг, релаксация-йога.	Март 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Приключения смешариков-2	Разминка, фитбол гимнастика, дыхательная гимнастика, стретчинг, релаксация-йога.	Март 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Проведение совместного мероприятия с родителями (законными представителя) «Все за ЗОЖ»-1	Приобщение к здоровому образу жизни.	Март 2025г	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ, родители (законные представители)
В мире лесных приключений -2	разминка, степ-аэробика с маленьким мячом; фитбол гимнастика, дыхательная гимнастика, стретчинг, релаксация-йога.	Апрель 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Лесное путешествие - 2	Разминка, гимнастика на степ-платформе, стретчинг, релаксация.	Апрель 2025г.	И Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
Всё по плечу -2	Разминка, фитбол гимнастика, дыхательная гимнастика, стретчинг, йога.	Апрель 2025.	Зам. Зав. по ВМР Старший воспитатель Инструктор по физической культуре
Здоровяк-2	Разминка, степ-аэробика с маленьким мячом, гимнастика на степ-платформе, стретчинг, релаксация-йога.	Апрель 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ
3	Итоговый мониторинг с целью выявления эффективности реализации проекта - 3	Май 2025г.	Зам. Зав. по ВМР Старший воспитатель

		Инструктор по физической культуре
Итоговое мероприятие «Наши достижения» представления результатов по окончанию года реализации программы -1	Май 2025г.	Инструктор по физической культуре, педагоги ДОУ, музыкальный руководитель, родители (законные представители)
Диссимиляция результатов инновационной деятельности через проведение практико-ориентированных семинаров, онлайн-консультаций.	Декабрь 2024г. – май 2025г.	Педагоги ДОУ

### ***Система оценки результатов освоения программы***

Педагогическая диагностика - оценка индивидуального развития детей дошкольного возраста, связана с оценкой эффективности педагогических действий и дальнейшим планированием педагогической деятельности. Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в специально организованной деятельности. От данных показателей зависят структурированность занятия и уровень физической нагрузки для каждого ребенка. Отслеживание состояния здоровья на занятиях ведется постоянно (пульсометрия, внешние признаки).

Уровень двигательных качеств оценивается в цифровых показателях, а степень сформированности двигательных навыков – в баллах: 3 балла – высокий уровень навыка – правильно выполняются все основные элементы движения; 2 балла – средний уровень навыка – справляется с большинством элементов техники, допуская некоторые ошибки; 1 балл - низкий уровень навыка – имеют место значительные ошибки при выполнении элементов.

#### ***Показатели:***

- дети знают основы теории и практики детского фитнеса – это основные понятия степаэробики, фитбол-гимнастики, игрового стретчинга, все основные понятия;

- дети могут точно и уверенно выполнять элементы игрового стретчинга, упражнений на фитболах, степ-платформах в заданном темпе и ритме;

- у детей проявляется положительная мотивации к совместной двигательной деятельности; умения действовать в коллективе, соблюдая нормы и правила;

- у детей сформированы: правильная осанка; стойкий интерес к занятиям физической культурой; интерес к собственным достижениям, развито чувство ритма, темпа, согласованность движений с музыкой.

### **Список используемой литературы.**

1. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». Под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой М. Мозайка синтез.2014.
2. «Фитнес для всех». Под редакцией О. Ю. Вербина Чебоксары 2014.
3. Программа и конспекты занятий. Под редакцией О. Н. Рыбкина, Л. Д. Морозова. М. АРКТИ. 2016-104с. (Растем здоровыми).
4. «Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет. Фитбол-гимнастика» Под редакцией Н. М. Соломенникова, Т. Н. Машина, издательство «Учитель» Волгоград.
- 5.«Занятия физкультурой. Игровой стретчинг для дошкольников». Под редакцией Е. В. Сулим М.ТЦ. Сфера. (Будь здоров дошкольник).
6. «Детский фитнес» Физкультурные занятия для детей 3-5 лет. Под редакцией Е. В. Сулим М. ТЦ Сфера (Растим детей здоровыми).
7. «Комплексы лечебной гимнастики». Под редакцией Е. И. Подольская, Учитель, Волгоград.
- 8.Недовесова «Профилактика и коррекция плоскостопия у детей» Под редакцией, Н. П. Детство-пресс.
9. Тематические подвижные игры для дошкольников». Под редакцией М. М. Борисова, М. Обруч.
10. Практическое пособие «300 подвижных игр для дошкольников». Под редакцией Н. Э. Власенко, М. Айрис-пресс.