



Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Новоуральского городского округа – детский сад комбинированного вида
«Страна чудес»

МАДОУ детский сад «Страна чудес»

Адрес: ул. Ленина, 152, г. Новоуральск, Свердловская область, Россия, 624130
тел./факс (34370) 6-35-40, эл.почта: wonderland-nu@yandex.ru

Принято:
Педагогический совет
Протокол № 1
от «26» августа 2026 г.

Заводчикова Ольга
Германовна
Подписано цифровой подписью: Заводчикова Ольга Германовна
Дата: 2026.09.07 09:47:41 +05'00'

Утверждаю:
Директор МАДОУ детский сад «Страна чудес»
/ О.Г. Заводчикова
Приказ № 01-06/69 от «27» августа 2026 г.

Заведующий структурным подразделением –
Детским садом №13 "Золотой ключик"
/ Л.В. Косова
Распоряжение № 66 от «26» августа 2026 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«СА-ФИ-ДАНСЕ».
(танцевально-игровая гимнастика)**

Возраст обучающихся 5–7 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Маточкина А.А.,
инструктор по физической культуре

Новоуральский городской округ
2026

СОДЕРЖАНИЕ

1.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи Программы	5
1.3.	Содержание Программы	5
1.4.	Планируемые результаты освоения Программы	10
2.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	11
2.1	Календарный учебный график	11
2.2.	Условия реализации Программы	11
2.3.	Формы аттестации	16
3.	ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ	18

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Направление программы. Дополнительная общеобразовательная программа - дополнительная общеразвивающая программа «Са-фи-дансе» имеет **физкультурно-спортивную направленность.**

Актуальность программы.

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

Проблема здоровья дошкольников в настоящее время очень актуальна. Ясно, что здоровье – одно из основных условий, определяющих возможность полноценного физического и психического развития ребенка, но состояние здоровья детей на сегодняшний день не соответствует ни потребности, ни потенциальным возможностям нашего общества. Современные дети, в большинстве своём, испытывают «двигательный дефицит», т.е. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы.

В период дошкольного детства ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, а движения в игре, с музыкой позволяют активизировать двигательную активность детей, повышают жизненный тонус, поднимают настроение.

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это **танцевально-ритмическая гимнастика**. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях

Программа «Са-фи-дансе» разработана на основе программы Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са –фи –дансе»: (Танцевально – игровая гимнастика для детей), программы Сулим Е.В. «Детский фитнес», педагогического опыта работы автора составителя и нормативно- правовых документов:

– Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014, с изм. от 16.04.2022) «Об образовании в Российской Федерации»;

– Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Отличительной особенностью Программы является её разностороннее воздействие на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не

только музыкальным сопровождением, но элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Адресат Программы. Программа рассчитана на детей в возрасте от 5 до 7 лет. На занятия принимаются все желающие без специального отбора, независимо от их способностей и умений. Для успешной реализации программы целесообразно объединение детей в учебные группы численностью 10-12 человек.

Характерными особенностями дошкольника 5-7-го года жизни

являются процессы окостенения скелета. В этом возрасте скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся не только более сильными, но и значительно более выносливыми, подвижными, ловкими. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, прыгать без большого утомления, выполнять более сложные физические упражнения. Этому способствует развитие крупной и мелкой мускулатуры.

Дети в этом возрасте значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые часто наблюдаются у детей трех - пяти лет. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний со стороны взрослого (преподавателя), производят многие из них, могут выполнять ряд движений и более сложных движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя. Возможность произвольно регулировать свои движения является наиболее существенным показателем физического развития старшего дошкольника.

В старшем дошкольном возрасте у мальчиков и девочек проявляется устойчивое стремление к участию в совместных подвижных играх и физических упражнениях. Со взрослыми и сверстниками устанавливаются отношения сотрудничества и партнерства.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу. Продолжительность занятия зависит от возраста детей: для детей от 5 до 6 лет – 25 минут, для детей от 6 до 7 лет – 30 минут.

Объём Программы: Общее количество 148 часов.

Срок освоения: Программа рассчитана на два года обучения.
- 74 часов в год; 2 год обучения – 74 часов в год.

Уровень программы: «Стартовый уровень» предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания Программы.

Форма обучения: групповая, фронтальная.

Перечень видов занятий: практическое занятие, открытое занятие.

Форма подведения итогов реализации программы: контроль проводится

в форме наблюдения, игровых тестовых заданий, открытых занятий.

1.2. Цели и задачи Программы

Целью программы является содействие всестороннему развитию личности дошкольника, средствами танцевально-игровой гимнастики.

Цели Программы реализуются через решение следующих **задач**:

обучающие:

- формировать двигательные умения и навыки;
- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата: формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия;
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности; формировать навыки выразительности, пластичности, и изящества;

развивающие:

- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания;
- развивать ручную умелость и мелкую моторику;
- развивать мышление, воображение: побуждать передавать яркий, выразительный образ в танце;

воспитательные:

- формировать основы безопасного поведения на занятиях: формировать представление о правилах безопасного передвижения по залу, со спортивным оборудованием;
- формировать навыки самостоятельного выражения, раскрепощённости и творчества в движениях;
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества.

1.3. Содержание Программы

Содержание программы направлено на создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроения, хорошего уровня знаний по разделам программы, что способствует укреплению здоровья ребёнка, его физическому и умственному развитию.

1.3.1. Учебный (тематический) план

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Первый год обучения (5 – 6 лет)	74	6	68	
1.	Игроритмика	8,5	0,5	8	наблюдение
2.	Игрогимнастика	12	1	11	Наблюдение. Показ упражнений ребёнком (группой детей)

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
3.	Игротанец	12	1	11	Наблюдение. Видеозапись выступлений. Показ упражнений ребёнком (группой детей)
4.	Танцевально-ритмические разминки	11	1	10	
5.	Игропластика	13	1	12	
6.	Пальчиковая гимнастика	5,5	0,5	5	Наблюдение. Показ упражнений ребёнком.
7.	Игровой самомассаж	5,5	0,5	5	Наблюдение.
8.	Музыкально-подвижные игры	6,5	0,5	6	Наблюдение.
	Второй год обучения (6 - 7 лет)	74	6	68	
1.	Степ-аэробика	17	2	15	Наблюдение. Видеозапись выступлений. Показ упражнений ребёнком (группой детей)
2.	Силовая гимнастика на степ-платформе	16	1	15	Наблюдение. Показ упражнений ребёнком.
3.	Школа мяча	12,5	0,5	12	Наблюдение. Показ упражнений ребёнком.
4.	Акробатика	10	1	9	Наблюдение.
5.	Стрейчинг	11,5	0,5	11	Наблюдение. Показ упражнений ребёнком.
6.	Нейроупражнения	7	1	6	Наблюдение.

Содержание учебного (тематического) плана.

Первый год обучения 5-6 лет		
Блок	Теория	Практика
Игроритмика	Объяснение задания. Прослушивание музыки. Разбор музыки и движений по разным тактовым делениям (2/4; 3/4).	Упражнения для согласования движений с музыкой: Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Гимнастическое дирижирование — тактирование на музыкальный размер 2/4, 3/4. Выполнение ходьбы, бега, движение туловищем в различном темпе.
Игрогимнастика	Строевые упражнения	
	Техника безопасности при перемещении по залу и в круге. Техника выполнения: поворотов (направо, налево, кругом); построений и	Построение в шеренгу и колонну по сигналу. Повороты направо, налево, по команде. Строевые приемы «Становись!», «Разойдись!» в образно-двигательных действиях. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и

Первый год обучения 5-6 лет		
Блок	Теория	Практика
	перестроений; разных видов бега.	беге по ориентирам. Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам. Размыкание по ориентирам. Перестроение из одной колонны в две, три колонны по выбранным водящим.
	Общеразвивающие упражнения	
	Техника безопасности при выполнении упражнений стоя, в приседах и лёжа. Правила при работе с предметами. Техника показа упражнений.	Упражнения без предмета. Комбинированные упражнения в стойках. Присед. Различные движения ногами в упоре стоя согнувшись и упоре присев. Комбинированные упражнения в седах и положении лежа. Сед «по-турецки». Прыжки на двух ногах. Упражнения с предметами. Основные положения и движения в упражнениях с лентой, султанчиками, кубиками, гимнастическими палками, обручами.
	Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	
	Расслабление мышц, для чего мы это делаем. Упражнения на дыхание – в чем польза для организма. Упражнения для осанки и их польза для здоровья.	Посегментное расслабление рук на различное количество счетов. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя. Потряхивание ногами в положении стоя. Свободный вис на гимнастической стенке. Дыхательные упражнения в имитационных и образных движениях. Упражнения на осанку в седе и седе «по-турецки».
	Акробатические упражнения	
Игротанцы	Техника безопасности при выполнении упражнений. Техника выполнения упражнений в различных группировках и комбинациях.	Группировки в приседе и седе на пятках. Перекаты вправо и влево из группировки в седе на пятках с опорой на предплечья. Переход из седа в упоре стоя на коленях. Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.
	Хореографические упражнения	
	Техника безопасности при выполнении упражнений. Техника выполнения упражнений из разных исходных положений. Показ видеоряда – классический балет. Просмотр отрывка из классического балета для	Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью. Полуприседы и подъемы на носки, стоя боком к опоре. Выставление ноги вперед и в сторону, поднимание ноги, стоя боком к опоре. Выставление ноги назад на носок и поднимание ноги, стоя лицом к опоре. Прыжки выпрямившись, опираясь на

Первый год обучения 5-6 лет		
Блок	Теория	Практика
	детей.	опору. Перевод рук из одной позиции в другую. Соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры.
	Танцевальные шаги	
	Техника безопасности при выполнении упражнений. Техника выполнения шагов, подскоков, танцевальных движений. Особенности манеры исполнения народного и современного танца. Показ видеоряда – русский и современный танец. Просмотр отрывка выступлений танцевальных коллективов.	Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Пружинные движения ногами на полуприседах, кик- движение. Шаг с подскоком. Русский попеременный шаг. Шаг с притопом. Русский шаг - припадание. Комбинации из изученных танцевальных шагов.
	Ритмические танцы	
	Правильная постановка корпуса, рук, ног, головы. Соблюдение правил безопасности при перемещении во время танца. Взаимодействие с партнёром по танцу. В чем заключается яркость, красота, выразительность исполнения танца.	«Дождь стучал по крыше», «Зима», «Валенки», «Новогодние игрушки», «В каждом маленьком ребёнке», «Танец современных детей».
Танцевально-ритмические разминки.	Правильная осанка, положение рук и ног при выполнении упражнений. Показ комбинации и техники танцевальных движений.	«Зарядка», «Поезд», «Миньоны», «Весёлый маскарад», «Снеговик», «Весёлый зоосад», «Мадагаскар», «Наш весёлый хоровод», «Игралочка».
Игропластика	Техника безопасности при выполнении упражнений в разных группировках, лёжа на полу. Техника выполнения упражнений из разных исходных положений (стоя, лёжа на животе, спине, стоя на четвереньках). Техника дыхания при выполнении упражнений на растяжку.	Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях.
Пальчиковая гимнастика	Гимнастика для пальцев – в чём польза. Правильная постановка пальцев и рук при	Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях, со стихами и речитативами.

Первый год обучения 5-6 лет		
Блок	Теория	Практика
	выполнении упражнения.	
Игровой самомассаж	Польза массажа для детского здоровья.	Поглаживание и растирание отдельных частей тела в образно-игровой форме.
Музыкально-подвижные игры	Техника безопасности при перемещении по залу во время игры. Правила игры и почему их надо выполнять. Учимся действовать на последнее слово или окончание музыки.	Игры на определение динамики и характера музыкального произведения:: «самый быстрый», «Карусели», «Солнышко сверкает», «Мы пойдем налево», «Снежная баба», «Снеговик», «Мы повесим шарики», «Торт- мороженое», «Сосульки и солнце», «Давай замри».
Открытое занятие		
Второй год обучения 6 - 7 лет		
Степ - аэробика	Техника безопасности при занятии на степе. Правильная постановка ног. Техника выполнения упражнений из разных исходных положений. Техника выполнения шагов, подскоков, маховых движений, прыжков.	Базовые шаги. Упражнения из разных исходных положений. Согласование рук и ног при выполнении упражнений. Комплексы упражнений под счёт и с музыкальным сопровождением. Танцевальные композиции. Работа с предметами.
Силовая гимнастика на степ-платформе	Правильная осанка, положение рук и ног при выполнении упражнений. Показ комбинации и техники выполнения упражнений.	Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых заданиях.
Школа мяча	Техника безопасности при работе с мячами разного диаметра. Правильное положение рук, ног.	Упражнения с мячами разного диаметра выполняемые двумя и одной рукой, с передвижением по залу, работа в парах.
Акробатика	Техника безопасности при выполнении упражнений на снарядах и без них.	Упражнения с использованием гимнастической стенки, скамейки, стоек разной высоты, степ-платформ.
Стретчинг	Техника безопасности при выполнении упражнений в разных группировках, лёжа на полу. Техника выполнения упражнений из разных исходных положений (стоя, лёжа на животе, спине, стоя на четвереньках). Техника дыхания при выполнении упражнений на растяжку.	Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях.
Нейроупражнения	В чём польза таких упражнений. Правильная постановка рук, пальцев, тела.	Комплексы двигательных, пальчиковых и координационных упражнений.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

Первый год обучения

Предметные:

- сформированы двигательные умения и навыки к концу обучения;
- сохраняют правильную осанку при напоминании взрослого;
- сформированы умения выразительности, пластичности и изящества; умение исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку.

Личностные и метапредметные:

- сформировано умение передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.);
- способны, самостоятельно рассказать и показать задания для мелкой моторики;
- владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- соблюдают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами.

Второй год обучения

Предметные:

- сформированы двигательные умения и навыки к концу обучения;
- сохраняют правильную осанку при напоминании взрослого;
- сформированы умения по координации движений (одновременная работа рук и ног);

Личностные и метапредметные:

- сформировано умение синхронно с другими детьми выполнять комплексы упражнений под музыку;
- способны, самостоятельно рассказать и показать задания для нейрогимнастики;
- владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и силовых упражнениях;
- соблюдают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Организация образовательной деятельности регулируется: календарным учебным графиком, учебным планом, расписанием занятий.

Программа не может реализовываться взамен или в рамках основной образовательной деятельности за счет времени, отведенного на реализацию основных образовательных программ дошкольного образования (прогулки, дневного сна, основных занятий, игр).

Организация совместной деятельности осуществляется во вторую половину дня 2 раза в неделю, 8 раза в месяц с группой детей (8 – 13 человек)

2.1. Календарный учебный график

	<i>Продолжительность</i>
Учебный год	38 недель
I полугодие	18 недель
II полугодие	20 недель
Летний оздоровительный период	12 недель
Новогодние каникулы	10 дней
Мониторинг динамики развития детей	6 дней
Промежуточная аттестация	не предусмотрено

2.2. Условия реализации программы Материально-техническое обеспечение программы

Необходимыми условиями для реализации Программы является наличие спортивного зала, позволяющего организовывать двигательную деятельность детей, в котором имеется следующее оборудование:

Перечень оборудования, способствующего реализации Программы

1. Гимнастические скамейки – 4 шт.
2. Гимнастические обручи – 10 шт.
3. Гимнастические коврики – 20 шт.
4. Гимнастические палки – 20 шт.
5. Мячи (диам. 15-20 см) – 22 шт.
6. Фишки (пластмассовые, мягкие) для разметки – 40 шт.
7. Мячики резиновые массажные – 15 шт.
8. Следочки, ладошки резиновые массажные – 6 пар.
9. Разметка на полу (кружки, квадратики, линии) для ориентировки.
10. Атрибуты к танцам и подвижным играм (маски (ушки) животных и птиц, ленты, платочки, листочки, султанчики, браслеты, кубики и др.
11. Степ-платформы – 15шт.
12. Мячи (диам. 7 см). – 15 шт.
13. Карточки с нейроупражнениями
14. Палочки деревянные – 30шт.
15. Платочки – 15 шт.

Кадровое обеспечение Программы

В реализации Программы могут участвовать педагоги дополнительного образования, обладающие достаточными знаниями в области физической культуры.

Методические материалы.

В основу реализации Программы дополнительного образования легли следующие программы и технологии: Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фидансе»: (Танцевально – игровая гимнастика для детей), Киенко О.Л

«Ритмика и танец для детей 6- 7 лет», Мединская Е.В. «Игровой стретчинг в совместной двигательной активности дошкольников и педагога», «Детский фитнес» Е.В.Сулим

В данных материалах представлены основы, необходимые для правильной организации проведения танцевально – оздоровительных занятий; рассматриваются методики обучения гимнастике, хореографических композиций, музыкальных и подвижных игр, дыхательной гимнастики, самомассажа детей дошкольного возраста, приводятся базовые элементы и упражнения для общего развития ребенка и его оздоровления.

№ п/п	Название раздела, темы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Методы, приемы обучения, педагогические технологии	Формы учебного занятия
1.	Игроритмика	разметка на полу (кружки, квадратики, линии) для ориентировки, кубики, палочки деревянные, магнитофон, музыкальный материал.	Методы: словесные (описание, объяснение, комментарии и замечания); непосредственной наглядности (показ взрослого); обучения двигательным действиям (метод целостно-конструктивного упражнения, расчленённо-конструктивный метод). <u>Приёмы:</u> наглядно-зрительный; наглядно-слуховой. Игровые технологии	Фронтальная
2.	Игрогимнастика	Зрительные ориентиры (обручи, разметка на полу, фишки, конусы), кубики, гимнастические коврики, ленты, султанчики, музыкальный материал. Пособия на поддувание (тучки, листочки, шарики и др.),	Методы: словесные (объяснение, инструктирование, распоряжения, команды, указания); непосредственной наглядности (показ взрослого, одним из детей); обучения двигательным действиям (метод целостно-конструктивного упражнения); метод стимулирования и мотивации деятельности. <u>Приёмы:</u> наглядно-зрительный; наглядно-слуховой; тактильно-мышечный.	Фронтальная, групповая

№ п/ п	Название раздела, темы	Материально- техническое оснащение, дидактико- методический материал	Методы, приемы обучения, педагогические технологии	Формы учебного занятия
		магнитофон.	Здоровьесберегающие технологии; игровые технологии.	
3.	Игротанцы.	обручи, ленты, султанчики, подушки 30х30 см., браслеты- снежинки, музыкальный материал, магнитофон.	<u>Методы:</u> словесные (объяснение, инструктирование, комментарии и замечания, распоряжения, команды, указания, разбор); непосредственной наглядности (показ взрослого); обучения двигательным действиям (метод целостно- конструктивного упражнения, расчленённо- конструктивный метод); метод стимулирования и мотивации деятельности. <u>Приёмы:</u> наглядно-зрительный; наглядно-слуховой. Здоровьесберегающие технологии; игровые технологии.	фронтальная
4.	Танцевально- ритмические разминки.	обручи, ленты, платочки, султанчики, музыкальный материал, магнитофон.	<u>Методы:</u> словесные (описание, комментарии и указания); непосредственной наглядности (показ взрослого); обучения двигательным действиям (метод целостно- конструктивного упражнения, расчленённо- конструктивный метод). <u>Приёмы:</u> наглядно-зрительный; наглядно-слуховой. Здоровьесберегающие технологии; игровые технологии.	фронтальная
5.	Игропластика	Комплексы упражнений, гимнастические коврики.	<u>Методы:</u> словесные (объяснение, инструктирование, комментарии и замечания), непосредственной наглядности (показ взрослого, одним из детей); обучения двигательным действиям (метод целостно- конструктивного упражнения); метод стимулирования и мотивации деятельности. <u>Приёмы:</u> наглядно-зрительный; наглядно-слуховой; тактильно- мышечный. Здоровьесберегающие	Фронтальная, групповая

№ п/ п	Название раздела, темы	Материально- техническое оснащение, дидактико- методический материал	Методы, приемы обучения, педагогические технологии	Формы учебного занятия
			технологии; игровые технологии.	
6.	Пальчиковая гимнастика	Комплексы упражнений для мелкой моторики разной тематики.	<u>методы:</u> словесные (рассказ); непосредственной наглядности (показ взрослого, одним из детей); обучения двигательным действиям (метод целостно-конструктивного упражнения). <u>приёмы:</u> наглядно-слуховой. Здоровьесберегающие технологии; игровые технологии.	фронтальная
7.	Игровой самомассаж	Гимнастические коврики, массажные мячики, «следочки» массажные, палки гимнастические.	<u>методы:</u> словесные (объяснение, инструктирование, замечания); непосредственной наглядности (показ взрослого, одним из детей); обучения двигательным действиям (метод целостно-конструктивного упражнения). <u>приёмы:</u> наглядно-зрительный. Здоровьесберегающие технологии; игровые технологии.	Фронтальная, групповая
8.	Музыкально-подвижные игры	Флажки, скакалки, платок, обручи, султанчики, фишки, маски животных, музыкальный материал, магнитофон.	<u>методы:</u> словесные (описание, инструктирование, команды); непосредственной наглядности (показ взрослого, одним из детей); обучения двигательным действиям (метод целостно-конструктивного упражнения). <u>приёмы:</u> наглядно-зрительный; наглядно-слуховой. Здоровьесберегающие технологии; игровые технологии.	фронтальная
9.	Степ - аэробика	Коврики для йоги, степы, султанчики, мячи, обручи	<u>Методы:</u> словесные (описание, комментарии и указания); непосредственной наглядности (показ взрослого); обучения двигательным действиям (метод целостно- конструктивного упражнения, расчленённо-конструктивный метод). <u>Приёмы:</u> наглядно-зрительный; наглядно-слуховой. Здоровьесберегающие технологии; игровые технологии.	фронтальная

№ п/ п	Название раздела, темы	Материально- техническое оснащение, дидактико- методический материал	Методы, приемы обучения, педагогические технологии	Формы учебного занятия
10.	Силовая гимнастика на степ-платформе	Коврики для йоги, степы, мячи, обручи	<u>Методы:</u> словесные (описание, комментарии и указания); непосредственной наглядности (показ взрослого); обучения двигательным действиям (метод целостно- конструктивного упражнения, расчленённо-конструктивный метод). <u>Приёмы:</u> наглядно-зрительный; наглядно-слуховой. Здоровьесберегающие технологии; игровые технологии.	фронтальная
11.	Школа мяча	Мячи разного диаметра	<u>Методы:</u> словесные (описание, комментарии и указания); непосредственной наглядности (показ взрослого); обучения двигательным действиям (метод целостно- конструктивного упражнения, расчленённо-конструктивный метод). <u>Приёмы:</u> наглядно-зрительный; наглядно-слуховой. Здоровьесберегающие технологии; игровые технологии.	фронтальная
12.	Акробатика	Шведская стенка, скамейки, стойки разной высоты	Методы: словесные (объяснение, инструктирование, распоряжения, команды, указания); непосредственной наглядности (показ взрослого, одним из детей); обучения двигательным действиям (метод целостно-конструктивного упражнения); метод стимулирования и мотивации деятельности. <u>Приёмы:</u> наглядно-зрительный; наглядно-слуховой; тактильно-мышечный. Здоровьесберегающие	фронтальная
13.	Стретчинг		<u>Методы:</u> словесные (объяснение, инструктирование, распоряжения, команды, указания); непосредственной наглядности (показ взрослого, одним из детей); обучения двигательным действиям (метод целостно-конструктивного	фронтальная

№ п/п	Название раздела, темы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Методы, приемы обучения, педагогические технологии	Формы учебного занятия
			упражнения); метод стимулирования и мотивации деятельности. Приёмы: наглядно-зрительный; наглядно-слуховой; тактильно-мышечный. Здоровьесберегающие технологии; игровые технологии.	
14.	Нейроупражнения	Комплексы двигательных, пальчиковых и координационных упражнений.	<u>методы:</u> словесные (рассказ); непосредственной наглядности (показ взрослого, одним из детей); обучения двигательным действиям (метод целостно-конструктивного упражнения). <u>приёмы:</u> наглядно-слуховой. Здоровьесберегающие технологии; игровые технологии.	фронтальная

2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Итоговая аттестация не предусмотрена.

Основным инструментарием для контроля результатов реализации Программы является наблюдение.

Мониторинг достижения детьми итоговых результатов освоения Программы

Критерий	Показатели		
	Полностью сформирован	Сформирован частично	Не сформирован
1. Музыкально-ритмические движения — Ходит в колонне по одному, врассыпную, по диагонали, тройками, парами. Четко останавливаться с концом музыки. — Выполняет несколько движений под одно музыкальное сопровождение. — Выполняет движения по подгруппам, умеет наблюдать за движущимися детьми. — Ориентируется в пространстве. — Выполняет четко и ритмично боковой галоп, прямой галоп,	Самостоятельно справляется с поставленной педагогом задачей	Справляется самостоятельно с некоторыми неточностями или небольшой подсказкой педагога	Необходима помощь педагога или неоднократное повторение задания

Критерий	Показатели		
	Полностью сформирован	Сформирован частично	Не сформирован
приставные шаги. – Придумывает свои движения под музыку. – Выполняет маховые и круговые движения руками. – Выполняет легкие прыжки на двух ногах с продвижением вперед.			
Пляски, игры, хороводы – Передает в движении ритмический рисунок мелодии и изменения характера музыки в пределах одной части музыкального произведения. – Танцует легко, задорно, меняя движения со сменой музыкальных фраз. – Начинает и заканчивает движение с началом и окончанием музыкальных фраз. – Самостоятельно придумывает движения к танцевальной музыке. Воспринимает и передает в движении строение музыкального произведения (части, фразы различной протяженности звучания). – Активно участвует в играх на развитие творчества и фантазии. – Правильно и выразительно выполняет танцевальные движения и различные перестроения.	Самостоятельно справляется с поставленной педагогом задачей	Справляется самостоятельно с некоторыми неточностями или небольшой подсказкой педагога	Необходима помощь педагога или неоднократное повторение задания
Владение предметом Умение самостоятельно действовать с предметами (мячи, обручи, палки, султанчики).	Самостоятельно справляется с поставленной педагогом задачей	Справляется самостоятельно с некоторыми неточностями или небольшой подсказкой педагога	Необходима помощь педагога или неоднократное повторение задания
Развитие гибкости Знает, умеет и качественно выполняет хорошо знакомые упражнения на растяжку			

Результаты педагогического мониторинга могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.

3. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ

Перечень нормативных и нормативно-методических документов

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014, с изм. от 16.04.2022) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Официальный интернет-портал правовой информации: – Режим доступа: pravo.gov.ru.
2. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» [Электронный ресурс] // Официальный интернет-портал правовой информации: – Режим доступа: pravo.gov.ru.

Перечень литературных источников для педагога

1. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-фи-дансе. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – Спб.: «Детство – пресс», 2000. – 352с.
2. Мединская Е.В. Игровой стретчинг в совместной двигательной активности дошкольников и педагога. Методическое пособие серии интегрированных занятий на развитие крупной и мелкой моторики. Кемерово, 2011. – 157с.
3. Киенко О.Л. Ритмика и танец для детей 6- 7 лет. Методическое пособие для хореографов, инструкторов и педагогов. Харьков, 2016. -95с.
4. Киенко О.Л., Киенко М.А. Чудесный мир танца для дошкольников. Образные и тематические танцы. Методическое пособие для хореографов, инструкторов и педагогов. Харьков, 2018.- 89с.
5. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – Спб.: Речь; М.: Сфера, 2009. - 176 с.
6. Бабенкова Е.А. Как сделать осанку красивой, а походку лёгкой. – М.: ТЦ Сфера, 2003. – 96 с. (Здоровый малыш).
7. Новиковская О.А. Домашний логопед. М.: АСТ. 2015г. – 96с
8. Е.В.Сулим «Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 5-7 лет» - М: ТЦ Сфера, 2015, - 224с. (Растим детей здоровыми)

Для родителей:

1. Козырева.О.В. Оздоровительно – развивающие игры для дошкольников. М.: Просвещение, 2007. – 94с.: ил. – (Дошкольный мир)
2. Самые весёлые подвижные игры для детей – И.И. Парфёнова. – «Эксмо», 2015. – 98с.: ил - (детям и родителям).