**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА**

***Рассмотрено Утверждаю на педагогическом Совете            Директор МБОУ ДО ДДТ протокол № 1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.В.Гончарова*** *от « 1» сентября 2019 г.*  *от « 1 » сентября 2019 г.*

**КРАТКОСРОЧНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**по здоровьесберегающим технологиям**

**«Здоровейка»**

**физкультурно - спортивная оздоровительная направленность**

**возраст обучающихся 5 – 7 лет,**

**срок реализации – 01.06.2020-30.06.2020**

Автор – составитель:

**Высоцкая Клавдия Павловна**

педагог дополнительного образования

ст. Тацинская

**2019 г.**

**Паспорт краткосрочной образовательной программы**

**дополнительного образования детей**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование ОП** | **«ЗДОРОВЕЙКА»** |
| **Сведения об авторе** | **Ф.И.О.** Высоцкая Клавдия Павловна |
| **Место работы:** МБОУ ДО ДДТ  пер. Пионерский, д. 23  **Адрес:** хут. Крюков  ул. Ленина, д.1  **Телефон:** 8-929-814-15-94 |
| **Должность:** педагог дополнительного образования |
| **Участие в конкурсах авторских образовательных программ** |  |
| **Направленность ОП** | Физкультурно - спортивная |
| **Возраст обучающихся** | Дошкольный возраст и младший школьный возраст. |
| **Срок реализации ОП** | 1 месяц |
| **Нормативно - правовая база** | Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2013-2020 гг., утв. постанов-лением Правительства РФ от 15.04.2014 № 295  «Конвенция о правах ребенка» ратифициро-вана Постановлением Верховного Совета СССР от 13.06.1990 года №1559-1  Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополни-тельным общеобразовательным програ-ммам»  ПисьмоМинобразования и науки РФ от 18 ноября 2015 года №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополни-тельных общеразвивающих программ»  Распоряжение Правительства РФ от 24 апреля 2015 года № 729-р «Концепция разви-тия дополнительного образования детей»  Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 года №996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»  Постановление Правительства РФ от 30 декабря 2015 года №1493 «О государствен-ной программе «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2016 -2020 годы»  Приказ Минобразования РО от 21.03.2016 №115 «Об утверждении региональных реко-мендаций к регламентации деятельности образовательных организаций Ростовской области, осуществляющих образовательную деятельность по дополнительным общеобра-зовательным программам»  Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14» санитарно-эпидемиологические требова-ния к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организа-ций дополнительного образования детей» |
| **Год разработки и редактирование ОП** | 2018 г. – первый вариант программы  2019 г.- редактирование программы: изменения в пояснительной записке, изменения в учебно-тематическом планировании. |

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

* направленность
* новизна
* актуальность
* педагогическая целесообразность
* цели и задачи
* отличительные особенности
* возраст детей
* сроки реализации, продолжительность образовательного процесса
* формы и режим занятий
* ожидаемые результаты и способы их проверки
* формы подведения итогов

1. **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

1. **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

* формы занятий по каждой теме
* приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса
* формы подведения итогов по каждой теме или разделу

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

для педагога

**I. Пояснительная записка.**

***Направленность дополнительной*** общеобразовательной общеразвивающей программы детского объединения «Здоровейка».

Общеизвестно, что основы здоровья человека закладываются в детстве, поэтому сущность физкультурно-оздоровительной работы в дополнительном образовательном учреждении состоит в том, чтобы для каждого обучающегося дошкольного и младшего школьного возраста выбрать подходящую форму двигательной активности. Ведь именно она является основным фактором, определяющим уровень обменных процессов в организме.

Летняя занятость детей сегодня - это не только социальная защита, это еще и пространство для творческого развития, обогащение духовного мира и интеллекта ребенка, что создает условия для социализации молодого человека с учетом реалий современной жизни.

Функционирование летней оздоровительной площадки позволяет получить значительный оздоровительный эффект за счет целесообразного планирования оздоровительных мероприятий, умелой их организации, грамотного подбора кадров, умеющих обеспечить индивидуальный подход к детям, позволит реализовать основные направления деятельности по их оздоровлению.

Данная программа является тематической и осуществляется в рамках направления «Физическое развитие и культура здоровья» и нацелена на укрепление здоровья, развитие физических, духовных сил, обогащение знаниями и новыми впечатлениями детей - дошкольников.

**Актуальность** программы в том, что программа позволяет педагогу концентрировать внимание в настоящее время на укрепление здоровья подрастающего поколения. Программа определяется потребностью обучающихся и их родителей в программах направления «Физическое развитие и культура здоровья».

**Новизна** данной программы определяется повышенным интересом в настоящее время к проблеме физического развития детей раннего и дошкольного возраста и заключается в организации занятости детей в летний период времени, как  к мощной  форме  против безнадзорности, асоциального поведения детей.

**Педагогическая целесообразность** программы «Спортивные ребята» заключается в разработке и применении современных традиционных и инновационных методик в области физического развития и культуры здоровья путем формирования у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни.

**Отличительной особенностью** данной программы является создание равных условий для занятий физической культурой и спортом, для оздоровления детей, включая детей с ограниченными возможностями здоровья, детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

***Цель:*** сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, создание условий для удовлетворения их естественной потребности в движении и физической нагрузки с учётом состояния здоровья и функциональных возможностей организма обучающегося.

***Задачи:***

*образовательные*

* учить детей заботиться о своём здоровье и безопасности, соблюдать правила личной гигиены, использовать полученные знания в повседневной жизни.
* совершенствовать функции организма, повышать его защитные свойства и устойчивость к заболеваниям средствами движения, дыхательной гимнастики.

*развивающие*

* развивать внимание, организованность, воображение, фантазию;
* умение управлять своими поступками, чувствами.

*воспитательные*

* воспитывать у детей уважительное отношение к здоровому образу жизни;
* умение правильно вести себя в ситуациях, угрожающих здоровью, сознательно избегать их.
* формировать мотивационную сферу гигиенического поведения, стремление сохранять и укреплять своё здоровье.

***Возраст детей,*** участвующих в реализации данной краткосрочной образовательной программы 5 - 7 лет.

В детское объединение принимаются все желающие без предварительного отбора.

***Срок реализации программы*** 1 месяц.

2 раза в неделю по 2 учебных часа = 20 часов

Количество обучающихся 8 - 15 человек

***Формы проведения занятий:***

Большая часть времени выделяется на практические упражне­ния и самостоятельную работу. Задания носят творческий характер и рассчитаны на индивидуальную скорость выполнения. Диагностическая карта, защита творческих работ, спортивный конкурс, соревнование, итоговый отчет.

***Способы определения результативности***

Конкурс, соревнование, эстафета, поход – экскурсия.

***Результативность.***

По окончании краткосрочной образовательной программы   предоставляется отчет о работе, проводятся отчетные мероприятия (выставки работ, фотоотчеты, показательные выступления, спортивные соревнования и т.д.)

***Методы обучения:***

Наглядный, словесный, игровой, практический, объяснительно-иллюстрированный, репродуктивный.

***Технологии:*** Игровая технология, технология группового, дифференцированного обучения, здоровье сберегающая технология.

***Ожидаемый результат***

* Осознанное отношение к собственному здоровью;
* Овладение доступными способами его укрепления;
* Формирование потребности в ежедневной двигательной активности;
* Развитие координации, ловкости, быстроты, гибкости, силы, общей выносливости.

**II. Учебно-тематический план.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Темы занятий | Количество часов | | | | | |
| всего | | | теория | практика | |
| * 1. **Вводные занятия** | | | | | | | |
| 1 | Вводное занятие. История развития подвижных игр  Разновидности ходьбы и бега | | 1 | | 1 | 0 | |
| * 1. **Подвижные игры. Беседы о здоровье.** | | | | | | | |
| 2 | «Страна детства» к международному дню защиты детей. | | 2 | | 1 | 1 | |
| 3 | Игры-эстафеты:  «Передай мяч поверху»,  «Передай мяч с боку»,  «Ловкий мяч»,  «Попади в цель» | | 2 | | 1 | 1 | |
| 4 | Подвижная игра «Найди свой цвет»  Беседа «Наши верные друзья» | | 1 | | 0,5 | 0,5 | |
| 5 | Игра «Самолеты»  Беседа « Здоровым быть здорово » | | 2 | | 1 | 1 | |
| 6 | Викторина «Путешествие в страну Витаминию» | | 1 | | 0,5 | 0,5 | |
| 7 | Праздник чистоты «К нам приехал Мойдодыр»  Беседа «Чистота залог здоровья» | | 1 | | 0,5 | 0,5 | |
| 8 | Игра «Колокольчик»  Беседа «Зарядка и простуда» | | 1 | | 0,5 | 0,5 | |
| 9 | Игра «Путешествие в страну ЗДОРОВЬЯ» | | 2 | |  | 2 | |
| 10 | Игра «Ловишки с лентами»  Беседа «Где прячется здоровье?»  «Соревнование скороходов», «Быстрые и ловкие» | | 2 | | 1 | 1 | |
| 11 | Разучивание общеразвивающих упражнений с короткой скакалкой «Чемпионы скакалки», «Удочка» | | 2 | 1 | | 1 |
| 12 | Флешмоб «Здоровье в движении». | | 2 | 1 | | 1 |
| 13 | «Если хочешь быть здоров». Продолжать формировать навыки здорового образа жизни. | | 1 | 0 | | 1 |
| 14 | Итого часов | | 20 | 9 | | 11 |

**К обучения обучающийся будет:**

*знать:*

* как правильно заботиться о своём здоровье и безопасности;
* соблюдать правила личной гигиены;
* что такое здоровье, основные составляющие его сохранения и собственного благополучия;
* разновидности шагов, бега, прыжков и переходов;
* музыкальную грамоту: ритм, размер, такт и темп;
* методы соединения танцевальных элементов;
* варианты составления композиции.

*уметь:*

* самостоятельно контролировать и оценивать состояние организма;
* выполнять прыжки;
* ориентироваться в пространстве;
* развивать ловкость, внимание, умение двигаться в разных направлениях;
* работать с различными предметами.

**III. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ**

**ПРОГРАММЫ.**

* Наличие специальной методической литературы по педагогике, подвижным играм, беседы о здоровом образе жизни.
* Возможность повышения профессионального мастерства: участие в методических объединениях, семинарах, конкурсах; прохождение курсов.
* Обобщение и распространение собственного опыта работы.

Обучающийся, вне всяких сомнений, настраивается на творческую и плодотворную работу.

Моей основной задачей становится развивать этот настрой, не давая ему угаснуть в течение занятия.

**Структура занятий**

Вводная часть – разминка, целью которой является подготовка организма ребенка к более интенсивной работе в основной части занятия. Ее содержание соответствует содержанию традиционного физкультурного занятия: различные виды ходьбы, бега, корригирующие упражнения и т.д. Ей отводится до 3-5 минут.

Основная часть включает комплекс общеразвивающих упражнений и подвижных игр.

По окончании выполнения каждого задания на «станциях», во избежание переутомления, все дети выполняют дыхательные упражнения, элементы зрительной гимнастики, пальчиковой гимнастики, психогимнастические этюды, а также упражнения на релаксацию, которые разучивались на предыдущих занятиях и поэтому уже хорошо знакомы детям и могут проводиться ими самостоятельно.

**Форма оценки качества реализации программы.**

За период обучения в объединении обучающиеся получают определённый объём знаний и умений, качество которых проверяется в течение года с помощью следующих методов:

* беседы;
* наблюдения;
* анализ открытых занятий;
* опросы обучающихся;
* карточки;

Наиболее распространенной формой контроля является открытое занятие. Оно проводится в конце первого полугодия и в конце второго, что позволяет сравнивать результаты и сделать заключение об эффективности программы.

В процессе обучения применяются различные методы диагностики результативности образовательного процесса.

**Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы:**

Мячи, обручи, скакалки, теннисные ракетки, кегли, набор для игры «Кольцеброс», мячи-прыгуны, эстафетные палочки. Дидактический материал по теме «Здоровый образ жизни».

**Дидактический блок**

Наличие собственных методических и дидактических разработок, рекомендаций, пособий

Для детского объединения «Здоровейка» разработала дидактические материалы:

1. Кроссворды

На занятиях, обучающимся раздаются кроссворды, и они отвечают на вопросы и записывают ответы в пустые клеточки.

1. Презентации

Презентации картинки (изображение - неотъемлемая часть), наличие текстов, анимации, различных графиков, видео файлов, звуковых файлов, всё это и есть составляющие, которые помогают обучающимся понять и усвоить новые знания в более легкой и интересной форме. Также главное отличие от подобных мультимедийных файлов - это непосредственное управление.

1. Красочные карточки.

Карточки после пройденных тем, на открытом занятии.

1. Буклеты

Буклеты по технике безопасности в цветном виде, лежат на каждом рабочем месте обучающегося это позволяет запомнить материал визуально быстрее.

**Список обязательной литературы:**

1.В.Сулим »Детский фитнес» физкультурные занятия для детей3 – 5 лет Творческий Центр  Сфера 2016 год.

2.Е.В.Сулим »Детский фитнес» физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет Творческий Центр  Сфера 2017 год..

3.О.Ф .Горбатенко «.Физкультурно оздоровительная работа в ДОУ» Учитель, 2008.г.

4.А.И.Буренина «Ритмическая мозаика» Санкт -Петербург. 2017г

5.Н.А.Фомина. «Сказочный театр физической культуры» физкультурные занятия для дошкольников в музыкальном ритме сказок. Волгоград: Учитель, 2011г

6.Журнал «Инструктор по физкультуре» за 2016 год №4.№5.№7.издательство «ТЦ Сфера»

7.Е.А.Бабенко .О.М .Федоровская «Игры которые Лечат» для детей от 5 до 7 лет .издательство «ТЦ Сфера»2016г

8.Е.А .Алябьева . «Нескучная гимнастика» для детей 5 – 7 лет. .издательство «ТЦ Сфера»2014г

9.Л.И.Пензулаева «.Оздоровительная гимнастика» комплексы упражнений для детей 3 – 7 лет.2016 год