

Управление образования и молодежной политики
администрации муниципального округа город Бор, г.Бор Нижегородской
области

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №23 «Родничок»
(МАДОУ детский сад №23 «Родничок»)

Принято

На заседании
педагогического совета
от 31.08.2026г. протокол №1

Утверждено

Приказом заведующего
МАДОУ детского сада
№23 «Родничок»
от 02.09.2026г. №162-о

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно – спортивной направленности
«Здоровячок»**

(Уровень: стартовый (ознакомительный))

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 8 месяцев

Автор-составитель: Бузивская О.В.
Инструктор по физической культуре

м. о. город Бор, г.Бор
2026 г.

Содержание

1.	Пояснительная записка	3
2.	Учебный план	6
3.	Содержание программы <i>Комплекс организационно-педагогических условий</i>	9
4.	Календарный учебный график	14
5.	Формы контроля, аттестации	15
6.	Оценочные материалы	15
7.	Методическое обеспечение	16
	<i>Воспитательный компонент</i>	18
8.	Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания	
9.	Формы и методы воспитания	
10.	Условия воспитания, анализ результатов	
11.	Календарный план воспитательной работы	
	<i>Условия реализации программы</i>	20
12.	Кадровое обеспечение	
13.	Материально-техническое обеспечение	
14.	Информационное обеспечение	

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Здоровячок», физкультурно-оздоровительной направленности, стартового (ознакомительного) уровня разработана в соответствии с нормативно-правовыми требованиями развития дополнительного образования детей и в соответствии с:

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);

- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Актуальность: Все чаще в детском саду стали встречаться дети с плоскостопием, а значит и с нарушением осанки, так как эти нарушения взаимосвязаны. Традиционная система организации двигательной активности детей в дошкольных учреждениях направлена, прежде всего, на развитие общей моторики ребёнка и, лишь опосредованно, на профилактику возникновения нарушений осанки и появления плоскостопия. Целенаправленная же коррекционная работа на укрепление мышечных групп, которые противодействуют появлению сутулости, плоскостопия и других нарушений развития опорно-двигательного аппарата у современных дошкольников требует специального регулярно-систематического воздействия на определённые группы мышц. Данное узкоспециализированное коррекционно-развивающее направление невозможно реализовать в рамках 15-30 минутных общих физкультурных занятий. Поэтому встаёт необходимость в создании дополнительных форм организации двигательной активности ребёнка, целью которых будет дополнительное акцентированное воздействие методов и средств физической культуры на формирование правильной осанки, профилактику возникновения её нарушений; на укрепление мышечно-связочного аппарата стопы.

Отличительные особенности данной дополнительной общеобразовательной-общеразвивающей программы состоит в том, что она разработана для совершенствования процесса профилактики плоскостопия и нарушения осанки, укрепления опорно-двигательного аппарата и здоровья детей дошкольного возраста

Педагогическая целесообразность программы: Индивидуальный подход, вариативность процесса обучения, включение в процесс обучения не только рациональной, но и эмоциональной сферы.

Программа имеет физкультурно - спортивную направленность.

Уровень освоения: ознакомительный.

Программа построена по **модульному** принципу: модуль 1 «Крепкие ножки», модуль 2 «Опора и движение»

Адресат программы: дети 5-7 лет.

Цель программы: Формирование и закрепление навыка правильной осанки, ценностного отношения детей к здоровью и здоровому образу жизни.

Задачи **программы**

- Укрепление мышечно – связочного аппарата туловища, рук и ног.
- Увеличение силовой выносливости мышц, повышение эмоционального тонуса.
- Улучшение координации движений.
- Воспитание у детей потребности в здоровом образе жизни.

Развивающие задачи:

- развивать психофизические качества (быстроту, силу, ловкость)
- двигательные способности детей (равновесие, координацию движений)
- обеспечение всестороннего развития детей

Воспитательные задачи:

- воспитывать и закреплять навык правильной осанки и походки
- корректировать проявление эмоциональных трудностей (низкая самооценка, страх, агрессивность)
- дружеские взаимоотношения, через игру

Срок реализации программы: рассчитан на 8 месяцев.

Объем программы: общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы, составляет 32 учебных часа.

Режим занятий: 1 раз в неделю, 1 учебный час.

Форма обучения: очная

Способ реализации сетевого взаимодействия, обязательства организаций партнёров: МАДОУ детский сад №23 «Родничок» является базой для проведения занятий, мероприятий; отвечает за соблюдение сроков, предусмотренных календарным графиком учебного процесса; материально-техническое обеспечение (обеспечение помещением, оборудованием и т.д.); методическое сопровождение части образовательной программы (обеспечение литературой).

Формы организации занятий: групповая

В процессе реализации программы будут использованы следующие **формы занятий:** беседы, обсуждение, занятия на тренажёрах, подвижные игры, индивидуальные занятия, самомассаж.

Прогнозируемые результаты:

Модуль 1 «Крепкие ножки»
- знают для чего нужно заботиться о здоровье своих ног, знакомство детей с упражнениями, направленные на укрепление мышц ног и способствующие нормальному развитию стопы, укрепление связочно-суставного аппарата, умеют выполнять самомассаж массажёрами и массажными мячами.
Модуль 2 «Опора и движение»

- знают, что значит правильная осанка, имеют осознанное представление о своем организме, ЗОЖ, ребёнок способен принимать и удерживать правильную осанку, повышен уровень физической подготовленности (прирост показателей развития физических качеств), активная позиция ребёнка и родителей в отношении укрепления собственного здоровья детей.

Способы определения результативности:

Определение результативности освоения ребенком программы происходит в ходе промежуточных аттестаций - 2 раза (декабрь, май) в модуле 1 и 2 полугодия программы. Определение результативности освоения программы соответствует

3 критериям: - **сформировано, находится на стадии формирования, точка роста.**

Форма подведения итогов реализации программы: открытое занятие.

2. Учебный план

№	Название модуля	Теория	Практика	Количество занятий	Промежуточная аттестация и аттестация по завершении реализации программы
1	Модуль 1 полугодия «Крепкие ножки»	1,75	11	13	1 полугодие, мониторинг физических качеств, декабрь
2	Модуль 2 полугодия «Опора и движение»	0,25	19	20	2 полугодие, итоговая аттестация, май
	Количество занятий в учебном году	2	30	32	

2.1. Учебно-тематический план (32 часа)

	Тема	Количество часов			Форма контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное	0,5	0,5	1	педагогическое наблюдение, мониторинг физических качеств
2	«Наши ножки идут по дорожке»	0,25	0,75	1	наблюдение
3	«Гибкий носок»		1	1	наблюдение
4	«Веселый мяч»	0,25	0,75	1	Беседа, наблюдение,
5,6	«Балерина»		2	2	Наблюдение
7,8	«Обезьянки»		2	2	Наблюдение
9	«Большой мяч».	0,25	0,75	1	Наблюдение, беседа
10	«По следам»	0,25	0,75	1	Беседа, наблюдение
11	«Если бы ноги стали руками»		1	1	Наблюдение
12	«Страус»	0,25	0,75	1	Устный опрос, наблюдение
13	Промежуточная аттестация		1	1	Наблюдение, мониторинг физических качеств
Содержание Модуль 2: «Опора и движение» (Профилактика нарушения осанки. Укрепление опорно-двигательного аппарата)					

1	«Стройная спинка»	0,25	0,75	1	Проверка осанки, наблюдение
2	«Стройная спинка»		1	1	наблюдение
3	«Зимние забавы»		1	1	наблюдение
4	«Льдинки, ветер и мороз»		1	1	наблюдение
5	«Веселые туристы»		1	1	наблюдение
6.	«Морское царство»		1	1	наблюдение
7.	«Палочка-выручалочка»		1	1	наблюдение
8.	«Полоса препятствий»		1	1	наблюдение
9	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическими палками		1	1	наблюдение
10.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическими палками		1	1	наблюдение
11.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическими палками		1	1	наблюдение
12.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическими палками		1	1	наблюдение
13.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическими палками		1	1	наблюдение
14.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическими палками		1	1	наблюдение
15.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с		1	1	наблюдение

	гимнастическими палками				
16.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическими палками		1	1	наблюдение
17.	«Полоса препятствий»		1	1	наблюдение
18	«Поход в страну здоровья», итоговая аттестация		1	1	Наблюдение, мониторинг физических качеств, анализ
19	«Поход в страну здоровья», открытое занятие		1	1	Наблюдение, анализ, подведение итогов
	всего	2	30	32	

3.Содержание программы

Модуль 1 «Крепкие ножки»

(Профилактика плоскостопия средствами физической культуры.)

	Тема	Теория	Практика	Форма контроля
1.	Вводное	Презентация: «Я свой домик берегу, долго жить я в нем смогу» (Профилактика нарушения осанки, профилактика плоскостопия)	Практическая деятельность	педагогическое наблюдение, мониторинг физических качеств
2	«Наши ножки идут по дорожке»	Знакомство с упражнениями, направленные на укрепление мышц ног – сидя на полу, с предметами, без предметов	Специальные упражнения: на полу с согнутыми ногами, с вытянутыми ногами, с предметами, без предметов.	наблюдение
3	«Гибкий носок»		Специальные упражнения из разных исходных положений с гимнастическими палками, «Пройди – не ошибись»	наблюдение
4	«Веселый мяч»	Обучение массажу ног, обучение массажу стопы массажными мячами. Техника безопасности при работе на тренажерах.	Упражнения: массаж стоп и специальные упражнения с массажным мячом, мелкими предметами. Тренажеры: велосипед, батут, бегущая по волнам.	Беседа, наблюдение,
5,6	«Балерина»		Упражнения у гимнастической стенки, сидя на скамейке (стульчике), упражнения: «Балерина танцует», «Веселые прыжки», «Носильщик», «Шалаш».	Наблюдение
7,8	«Обезьянки»		Виды ходьбы: «лисички», «кабанчики», «Мишки», «Обезьянки». Виды упражнений: «Обезьянки берут орешки», «Обезьянки читают газету», Обезьянки-художники», «Обезьянки- музыканты». Тренажеры: велосипед, батут, бегущая по волнам.	Наблюдение
9	«Большой мяч».	Знакомство с футбольным мячом. Правила работы с футбольным мячом.	Разные виды ходьбы. Специальные упражнения на футбольных мячах.	Наблюдение, беседа
10	«По следам»	Знакомство с	Специальные упражнения в	Беседа,

		массажными дорожками, балансирами. Техника безопасности на балансирах	ходьбе по массажным дорожкам. Специальные упражнения на балансирах	наблюдение
11	«Если бы ноги стали руками»		Игры: «Если бы ноги стали руками», «Резвый мешочек», «Зайцы в огороде», «Великаны и гномы», «Подумай, отгадай».	Наблюдение
12	«Страус»	Техника безопасности работы на тренажерах.	Специальные упражнения стоя у опоры и без опоры. Специальные упражнения на тренажерах: велосипед, батут, бегущая по волнам.	Устный опрос, наблюдение
13	Промежуточная аттестация		«Путешествие по станциям здоровья»	Наблюдение, мониторинг физических качеств

Содержание Модуль 2: «Опора и движение» (Профилактика нарушения осанки. Укрепление опорно-двигательного аппарата)

1	«Стройная спинка»	Беседа: «Что значит правильная осанка!»	Проверка осанки у стены. Комплекс упражнений мышц плечевого пояса, мышц ног, мышц туловища	Проверка осанки, наблюдение
2	«Стройная спинка»		Проверка осанки у опоры. Упражнения: «Толстый», «Тонкий»; на четвереньках: «Кошка лезет на заборчик»; На коленях: «покачивание назад-вперед»; на спине: «Кошка спит», «Бревно».	наблюдение
3	«Зимние забавы»		Проверка осанки у опоры. Игровые упражнения: «Катаемся на лыжах», «На коньках»; сидя: «Ходячий стол», «Присядка», «Сядьте вдвоем»; на спине: «Катать ком», «Березка», «Ванька-встанька».	наблюдение
4	«Льдинки, ветер и мороз»		Проверка осанки у опоры. Упражнения стоя: «Ходьба с «шапкой» на голове», «Ветряная мельница», «Достаем сосульки»; сидя: «Плывем на льдине», «Обнять себя», «Достать до уха»; лежа: «Рыбка ныряет», «Острая сосулька», «Сосулька раскололась».	наблюдение
5	«Веселые туристы»		Упражнения стоя: «Дровосек», «Лошадка», сидя:	наблюдение

			«Лягушка плавает», «Улитка ползет»; Лежа на животе: «Воробей на спине», «Червяк», «Змея».	
6.	«Морское царство»		Проверка осанки у стены. На коленях: Поднимать чашу с водой», «На плоту», «Подтягивание каната»; лежа: «Рыбка», «Рыбка ныряет»; лежа на спине: «Поплавок», «Обезьянка на корабле». Тренажеры: велосипед, батут, бегущая по волнам, гребля, бабочка, наездник.	наблюдение
7.	«Палочка-выручалочка»		Проверка осанки у стены. Упражнения с гимнастической палкой: «На турнике», «Косарь», «Самолет», «Тяжелоатлет»; наклоны; на спине.	наблюдение
8.	«Полоса препятствий»		Проверка осанки у стены. Полоса препятствий: ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине; прыжки, используя координационную лестницу; подлезание в дугу, ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Тренажеры: велосипед, батут, бегущая по волнам, гребля, бабочка, наездник.	наблюдение
9	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическим и палками		«Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников/авт-сост.Т.Г.Анисимова, С.А.Ульянова; под ред.Р.А.Ереминой. – Волгоград: Учитель. – Комплекс №1 Игра-упражнение «Малютка»	наблюдение
10.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическим		«Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников/авт-сост.Т.Г.Анисимова, С.А.Ульянова; под ред.Р.А.Ереминой. – Волгоград: Учитель. – Комплекс №2 Игра-упражнение «Жучок на	наблюдение

	и палками		спине»	
11.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическим и палками		«Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников/авт-сост.Т.Г.Анисимова, С.А.Ульянова; под ред.Р.А.Ереминой. – Волгоград: Учитель. – Комплекс №3 Игра-упражнение «Кто там?»	наблюдение
12.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическим и палками		«Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников/авт-сост.Т.Г.Анисимова, С.А.Ульянова; под ред.Р.А.Ереминой. – Волгоград: Учитель. – Комплекс №4 Тренажеры: велосипед, батут, бегущая по волнам, гребля, бабочка, наездник.	наблюдение
13.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическим и палками		«Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников/авт-сост.Т.Г.Анисимова, С.А.Ульянова; под ред.Р.А.Ереминой. – Волгоград: Учитель. – Комплекс №5 Игра-упражнение «Не расплескай воду».	наблюдение
14.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическим и палками		«Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников/авт-сост.Т.Г.Анисимова, С.А.Ульянова; под ред.Р.А.Ереминой. – Волгоград: Учитель. – Комплекс №6	наблюдение
15.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных		«Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников/авт-сост.Т.Г.Анисимова, С.А.Ульянова; под ред.Р.А.Ереминой. – Волгоград: Учитель. –	наблюдение

	упражнений с гимнастическим и палками		Комплекс №7 Игры: «Зайцы в огороде», «Великаны и гномы», «Подумай, отгадай».	
16.	Гимнастика для профилактики нарушения осанки с использованием кинезиологической гимнастики и дыхательных упражнений с гимнастическим и палками		«Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников/авт-сост.Т.Г.Анисимова, С.А.Ульянова; под ред.Р.А.Ереминой. – Волгоград: Учитель. – Комплекс №8 Тренажеры: велосипед, батут, бегущая по волнам, гребля, батерфляй, наездник.	наблюдение
17.	«Полоса препятствий»		Проверка осанки у стены. Игровые упражнения: «потягивание», «поднимание обруча», «прогибание спины», «опускание обруча за спину», «наклоны в сторону», «повороты в стороны», «влезание в обруч», качалка». Игры: «Если бы ноги стали руками», «Резвый мешочек».	наблюдение
18	«Поход в страну здоровья», итоговая аттестация		Игровые упражнения	Наблюдение, мониторинг физических качеств, анализ
19	«Поход в страну здоровья», открытое занятие		Игровые упражнения с предметами, без предметов	Наблюдение, анализ, подведение итогов

Комплекс организационно-педагогических условий

4. Календарный учебный график к программе «Здоровячок» на 2026 - 2027 учебный год

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
01.10.2026	31.05.2027	32	32	1 раз в неделю, 1 час

Комплектование группы 1 года обучения проводится с 15 сентября по 30 сентября 2026 года. Продолжительность учебного года составляет 32 учебные недели. Учебные занятия в МАДОУ детском саду №23 «Родничок» начинаются с 01 октября 2026 г. и заканчиваются 31 мая 2027 г.

Учебные занятия проводятся в соответствии с расписанием. Продолжительность академического часа для детей 5 - 7 лет составляет 25-30 минут. Каникулы: новогодние зимние каникулы с 31.12.2026 г. по 10.01.2027 г.; летние каникулы с 01.06.2027г. по 31.08.2027г. В каникулярное время занятия в кружках (объединении) не проводятся. Во время каникул воспитанники могут принимать участие в мероприятиях в соответствии с планом воспитательной работы педагога дополнительного образования.

Каникулы

Аттестация

Месяц дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Октябрь					*							*								*						+					
Ноябрь		*							*							*							*							*	
Декабрь								*						*							*								A		
Январь	к	к	к	к	к	к	к	к	к	к	*							*							*						
Февраль	*							*							*							*									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Март	*														*							*							*		
Апрель					*							*							*							*					
Май										*							*							*							

5. Формы контроля, аттестации

В процессе реализации программы и для отслеживания успехов обучающихся педагог использует следующие виды контроля:

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Начальный или входящий контроль		
Проводится в первые недели учебного года	Определить исходный уровень развития и ожидания обучающегося от реализации программы	Мониторинг физических качеств
Текущий контроль		
В течение учебного года	Данный контроль осуществляется на физкультурно-оздоровительных занятиях	Устные (фронтальный опрос, беседа); индивидуальные задания (дифференциация и подбор заданий с учетом особенностей обучающихся); педагогическое наблюдение
Промежуточная аттестация		
После каждого модуля обучения	Направлена на выявление знаний, умений, навыков обучающихся, приобретенных за модуль обучения	Мониторинг физических качеств

6. Оценочный материал

Силовая выносливость мышц.	Цель: Оценить силовую выносливость мышц шеи. Ребенок принимает и. п.- лежа на спине, руки лежат вдоль туловища, подбородок прижат к груди. Инструктор дает указание приподнять голову от пола на 4 – 5 см и удерживать до усталости (в секундах).	Шея 60 сек.
	Цель: Оценить силовую выносливость мышц живота. Ребенок принимает и. п.- лежа на спине, руки лежат вдоль туловища. Инструктор дает указание поднять прямые ноги вверх под углом 45° и удерживать до усталости (в секундах), колени не сгибать, носки ног тянуть от себя.	Живот 55сек
	Цель: Оценить силовую выносливость мышц спины. Ребенок принимает и. п.- лежа на животе, руки вытянуты вперед. Инструктор дает указание приподнять над полом прямые руки, ноги и голову. Руки в локтях не сгибать, голова между рук, носки ног тянуть. Удерживать это положение до усталости	Спина-60 сек.
Проверка координации справа; слева.	Цель: выявить координационные возможности ребенка при удержании равновесия. Ребенок принимает и. п. основная стойка, руки на поясе. Инструктор дает указание согнуть в колене левую ногу (и наоборот) и пытается при этом сохранить равновесие. Задание выполняется с открытыми глазами. Время удержания равновесия фиксируется секундомером.	Мальчики 40 – 60 Девочки: 50– 60сек

Проверка силы ног	Цель: Оценить силу мышц ног. Выполнить прыжок с места (3 попытки)	Мальчики 85см Девочки- 77см
Проверка силы рук	Цель: Оценить силу мышц рук. Бросок набивного мяча из-за головы, двумя руками, вдаль, ноги врозь.(2 попытки)	С - 300 см Н/С - 260 см Т Р - 175 и меньше см
Функциональная проба Проба Штанге	Ребенок принимает и. п.- сидя на стуле, руки на коленях. Инструктор делает указание сделать максимальный вдох и выдох, затем вновь глубокий вдох, закрывает рот и зажимает пальцами нос задерживая дыхание на предельно возможное время, которое определяется по секундомеру.	Мальчики и девочки: 16 – 60сек

Фамилия, имя ребёнка: _____

Критерии	Октябрь	Декабрь	Примечания	Май	Примечания
Силовая выносливость мышц.					
Проверка координации справа; - слева.					
Проверка силы ног					
Проверка силы рук					
Функциональная проба Проба Штанге					

Система и критерии оценки результатов промежуточной аттестации

Уровни развития	Критерии
С - Сформировано	Выполняет задание самостоятельно, выполняя все нормативы
Н/С - Стадия формирования	Выполняет по нормативам не меньше 2 видов показателей
ТР-точка роста	Не выполняет по нормативам ни один показатель оценивания

7.Методическое обеспечение

Формы занятий: традиционные

Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

В процессе реализации программы используются:

Специфические методы:

- 1.Методы быстрого регламентированного упражнения
- 2.Методы обучения двигательным действиям
- 3.Игровой метод
- 4.Соревновательный метод

Общепедагогические методы:

- 1.Словесные методы
- 2.Методы наглядного воздействия

Дидактический материал, техническое оснащение занятий: Гимнастические скамейки; обручи; гимнастическая стенка; наклонная доска; мячи; канат,

гимнастические палки; плоские кольца; утяжеленные мячи; скакалки; мешочки с песком; гантели; фитболы; кегли; большие и малые кубы; дуги; гимнастическое бревно; мячики-ежики; массажные дорожки и коврики; массажёры, балансиры, гимнастические маты; зона для образовательной деятельности на спортивных тренажерах. Нестандартное оборудование: ящик с камешками, платочки, карандаши, дорожка из пробок и др.

Формы подведения итогов: физкультурно-оздоровительное занятие.

Воспитательный компонент

8. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания.

Цель: воспитательной работы - развитие личности ребенка с учётом его индивидуальности и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества.

Задачи: просвещение в сфере достижений отечественного спорта, воспитание чувства патриотизма и уважения к истории России, Нижегородского края через физкультурно-оздоровительные занятия.

Целевые ориентиры (ожидаемые результаты) воспитания детей по программе физкультурно-оздоровительной направленности:

- развитие интереса детей к физкультуре, зимним и летним видам спорта;
- воспитание чувства гордости за отечественные спортивные достижения;
- воспитание у детей взаимопонимания, доброжелательности и взаимовыручки на занятиях;
- воспитание у детей целеустремлённости, терпения и трудолюбия;

9. В воспитательной работе с детьми по программе используются следующие **методы воспитания:** метод убеждения, метод положительного примера (педагога, родителей, детей), метод упражнений, метод переключения деятельности, метод развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании, методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Работа осуществляется в следующих **формах:** – участие в практической деятельности, игровые упражнения, подвижные игры.

Работа с родителями или законными представителями осуществляется в **форме:** открытых занятий для родителей; консультаций в групповом чате; анкетирования, опросов, собеседований. Разрабатываются комплексы коррекционно-оздоровительной гимнастики для выполнения упражнений в домашних условиях.

10. **Диагностика результатов воспитательной работы** осуществляется с помощью: – педагогического наблюдения, анализ продуктов детской деятельности;

– отзывов, опросов родителей, анкетирования родителей, бесед с детьми.

Воспитательная работа осуществляется на основной учебной базе в МАДОУ детский сад №23 «Родничок» в рамках учебных занятий, во время воспитательных мероприятий.

11. Календарный план воспитательной работы

	РАЗДЕЛ	МЕРОПРИЯТИЯ	СРОКИ	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
	Физическое развитие	День здоровья, спортивные праздники		Практические результаты

	Работа с одаренными детьми	Участие в конкурсах, фестивале	В течение года	Грамоты
	Воспитание семейных ценностей	Открытые занятия		Выполнение упражнений в домашней обстановке

Условия реализации программы

12. Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

13. Материально-техническое обеспечение программы

Занятия кружка «Здоровячок» проходят в физкультурном зале. Созданная развивающая предметно-пространственная среда в физкультурном зале включает зоны для выполнения различных видов прыжков, метания, лазания и другой двигательной деятельности.

14. Информационное обеспечение.

Список литературы

Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 22.06.2024 №159-ФЗ) "Об образовании в Российской Федерации".
2. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении «Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»
4. «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». СП 2.4.4283-26.
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. №467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей" (ред. от 21.04.2023 №302).
7. Распоряжение Министерства просвещения России от 21 июня 2021 г. № Р-126 «Об утверждении ведомственной целевой программы «Развитие дополнительного образования детей, выявление и поддержка лиц, проявивших выдающиеся способности»
8. Распоряжение Правительства Нижегородской области от 12.09.2022 № 1057-р "О мерах по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Нижегородской области"

9. Методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы Нижегородского института развития образования. <https://niro.nnov.ru/?id=32445>

10. Устав МАДОУ детского сада №23 «Родничок».

Список литературы для педагога:

1. Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. «Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников» под редакцией Р.А. Еременой - Волгоград: Учитель, 2014.

2. Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г., Сергиенко Н.Н. «Занятия по физкультуре с детьми 3 – 7 лет». - М.: «Скрипторий 2003», 2009.

3. Железняк Н.Ч. «Занятия на тренажёрах в детском саду». – М.: «Скрипторий 2003», 2009.

4. Моргунова О.Н. «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ». – Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005.

5. Подольская Е.И. «Комплексы лечебной гимнастики для детей 5-7 лет». - Волгоград: Учитель, 2011.