

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ПЕНЗЫ

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Центр развития ребенка- детский сад №150 города Пензы «Алый парус»

ОДОБРЕНА

МАДОУ ЦРР- детского  
сада №150 г. Пензы «Алый  
парус»  
Протокол № \_\_\_\_\_  
от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г

ПРИНЯТА

Педагогическим советом  
МАДОУ ЦРР- детского сада  
№150 г. Пензы «Алый парус»  
Протокол № \_\_\_\_\_  
от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом заведующего  
МАДОУ ЦРР- детского сада  
№150 г. Пензы «Алый парус»  
\_\_\_\_\_ Т.С. Захарова  
Приказ №\_\_ от«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа физкультурно - спортивной направленности  
«Крепыш»

Возраст учащихся: 5 - 7 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Кондрахина Марина Борисовна  
педагог дополнительного образования

г. Пенза, 2023

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Крепыш»:  
по содержанию является физкультурно-спортивной,  
по уровню освоения – стартовой,  
по форме организации - очной, групповой,  
по степени авторства –авторской.

Программа разработана в соответствии с действующими нормативно - правовыми документами:

Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;

Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

"Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20»;

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

Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467);

Закон Пензенской области от 4.07.2013 г. № 2413-ЗПО «Об образовании в Пензенской области»;

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы) в области физической культуры и спорта (разработаны ФГБУ «Федеральным центром организационно – методического обеспечения физического воспитания» в 2021 году).

Устав МАДОУ ЦРР г. детский сад №150 г. Пензы «Алый парус»;

«Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МАДОУ ЦРР детский сад №150 г. Пензы «Алый парус».

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время современный дошкольник испытывает на себе воздействие гиподинамии, важно организовать деятельность детей так, чтобы они могли как можно больше двигаться. Повышению двигательной активности способствует использование тренажеров. Упражнения на них совершенствуют координацию движений, укрепляют суставный аппарат, улучшается гибкость позвоночника, развивается грудная клетка, совершенствуется осанка. Занятия на тренажерах активизируют познавательную деятельность детей, формируют их нравственно - волевые качества (выдержку, настойчивость, дисциплинированность, решительность, смелость), развивают эмоциональность, любознательность и воображение, а так же упражняют в способах общения со сверстниками.

Новизна и отличительные особенности данной программы от уже существующих программ в этой области заключается в том, что на одном занятии используются все виды тренажеров, которые развивают все группы мышц. Практические занятия связаны с использованием следующих форм и методов обучения: наглядные, словесные, практические.

Программа предусматривает использование следующих педагогических технологий:

1.Здоровьесберегающие технологии - это система работы образовательного пространства по сохранению и развитию здоровья всех участников – взрослых и детей.

2.Технологии личностно-ориентированного обучения - содержание, методы и приемы личностно-ориентированных технологий обучения направлены, прежде всего, на то, чтобы раскрыть и использовать субъективный опыт каждого воспитанника, помочь становлению личности путем организации познавательной деятельности.

3.Технология развивающего обучения является дополнением личностно-ориентированного обучения. Его цель – создание условий для развития психологических особенностей: способностей, интересов, личностных качеств и отношений между людьми, при котором учитываются и используются закономерности развития, уровень и особенности индивидуума.

4.Технология сотрудничества - это технология совместной развивающей деятельности взрослых и детей, скрепленной взаимопониманием, совместным анализом хода и результата этой деятельности.

5.Игровые технологии - эта технология используется для обеспечения наибольшей активности обучающихся и достижения высокого уровня освоения содержания программ

В структуру программы входят работа на тренажерах простейшего типа и на тренажерах сложного устройства.

Педагогическая целесообразность программы объясняется тем, что дети старшего дошкольного возраста хорошо владеют сложными видами движений и способами их выполнения. В этом возрасте развивается опорно-двигательный аппарат, повышаются адаптационные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем к физическим нагрузкам. Старшие дошкольники обладают хорошей способностью адаптироваться к физическим нагрузкам разного характера, оказывающим тренирующее воздействие. Вместе с тем переносимые физические нагрузки должны находиться в зоне «умеренного напряжения». Рассматриваемый возрастной период в жизни детей 5-7 лет наиболее

благоприятен для развития координационных и скоростно-силовых способностей, силы, выносливости и гибкости.

Адресат программы:

Данная образовательная программа рассчитана на детей 5-7 лет.

На обучение по данной программе принимаются все желающие (не имеющие медицинских противопоказаний) без предварительного отбора.

Объем и сроки реализации программы:

Программа рассчитана на 1 год обучения, с общим количеством часов -72

Форма реализации образовательной программы очная. Основной формой обучения является занятие учебно-тренировочного типа.

Режим проведения занятий соответствует возрасту учащихся:

1 год обучения – 2 раза в неделю по 1 часу (1 учебный час - 30 мин);

#### Особенности организации образовательного процесса

Уровни обучения

Стартовый.

Практическое знакомство с тренажерами разного вида, а также разучивание упражнений с ними. У учащихся образуется связь между зрительным образом, словами, обозначающими технику выполнения движения, и мышечными ощущениями.

Основное внимание уделяется укреплению здоровья учащихся в процессе их вовлечения в занятия с применением детских тренажеров и пропаганде здорового образа жизни. Основными формами обучения являются упражнения, направленные на развитие общей выносливости, координации, скоростно-силовых качеств и изучение основных элементов ознакомительной техники.

Разделы программы:

1. Простейшие тренажеры
2. Тренажеры сложного устройства
3. Комплексные занятия

Цель программы: сохранение и укрепление физического здоровья детей, используя детские тренажеры.

Задачи:

способствовать укреплению мышечного тонуса в двигательной активности.

способствовать удовлетворению естественной потребности ребёнка в разных формах двигательной активности.

развивать общую выносливость организма ребёнка и его физических качеств.

обеспечивать тренировку всех систем и функций через оптимальные для данного возраста физические нагрузки.

формировать культуру здорового и безопасного образа жизни посредством ознакомления с правилами техники безопасности, приемам страховки при работе с тренажерами.

Ожидаемые результаты освоения программы

Предметные:

Теория (учащиеся будут знать):  
 основы здорового образа жизни;  
 названия тренажеров;  
 правила техники безопасности при выполнении физических упражнений на оздоровительных тренажёрах.

Практика (учащиеся будут уметь):  
 выполнять основные виды движения;  
 ориентироваться в пространстве, проявлять выдержку, смелость;  
 правильно использовать тренажеры;

Метапредметные:

Познавательные:

учащиеся будут знать последовательность выполнения физических упражнений на оздоровительных тренажерах.

Регулятивные:

учащиеся будут уметь самостоятельно оценивать правильность выполнения упражнений на тренажерах.

Коммуникативные:

учащиеся будут уметь работать в группе - устанавливать доброжелательные отношения,

учащиеся будут уметь согласовывать свои действия со сверстниками при выполнении упражнений круговой тренировки; уметь договариваться.

Личностные:

У учащихся будут сформированы:

умения правильно оценить свои действия;

качества личности: дисциплинированность, выдержка, инициатива, самостоятельность;

устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности.

1 год обучения  
 Учебно-тематический план

№	Наименование тем	Всего часов	Из них		Форма контроля
			Теория	Практика	
1.Раздел «Введение»					
1.1	Ознакомление с техникой безопасности на занятиях	2	1	1	Беседа, контрольные вопросы, контрольные задания
1.2.	Ознакомление с видами тренажеров простейшего типа	2	1	1	Беседа, контрольные упражнения

2. Раздел «Занятия с простейшими тренажерами»					
2.1	Занятия с кистевыми эспандерами	4	1	3	Контрольные вопросы, контрольные задания
2.2	Занятия с дисками «Здоровье»	3	1	2	Контрольные задания, самоконтроль
2.3	Занятия с плечевыми эспандерами.	3	1	2	Контрольные вопросы, контрольные задания
2.4	Занятие с гантелями	2	1	1	Контрольные задания
2.5	Занятия на степ - платформах	5	2	3	Беседа, контрольные вопросы, контрольные упражнения
3. Раздел «Тренажеры сложного устройства»					
3.1	Занятия на тренажерах сложного устройства, техника безопасности.	1	1	1	Беседа, контрольные задания
3.2	Степпер	2	1	1	Беседа, контрольные вопросы, самоконтроль
3.3	Гребной тренажёр	3	1	2	Контрольные вопросы, контрольные упражнения
3.4	Беговая дорожка	2	1	1	Контрольные вопросы, контрольные задания
3.5	Наездник	3	1	2	Контрольные вопросы, контрольные задания
3.6	Батут с ручкой	2	1	2	Контрольные задания, взаимоконтроль
3.7	Твистер	2	1	1	Контрольные вопросы,

					контрольные упражнения
4. Раздел «Комплексные занятия»					
4.1	Комплексные занятия с применением тренажеров простейшего типа и сложного устройства	30	3	19	Контрольные вопросы, контрольные задания и упражнения, взаимоконтроль
4.2	Занятия на полосе препятствий	3	1	2	Беседа, контрольные вопросы, контрольные задания, самоконтроль
5.	Воспитательная работа	7	1	6	Беседа
6.	Аттестация. Итоговое занятие	2	1	1	Беседа. Контрольные задания
	Всего:	72	15	57	

### Содержание

#### 1. Раздел «Введение»

##### 1.1 Тема: «Ознакомление с техникой безопасности на занятиях»

Теория: знакомство с понятием «безопасность», с техникой безопасности при выполнении физических упражнений на тренажёрах.

Практика: ознакомительные упражнения игрового характера на разнообразных видах тренажеров.

Форма контроля: беседа на выявление усвоения основных моментов техники безопасности при работе на тренажёрах.

##### 1.2 Тема: «Ознакомление с видами тренажеров простейшего типа»

Теория: знакомство с видами простейших тренажеров и техникой выполнения физических упражнений с ними.

Практика: выполнение различных упражнений с применением простейших тренажеров.

Форма контроля: беседа на выявление усвоения правил работы на тренажёрах простейшего типа с учётом их направленности.

#### 2. Раздел «Занятия с простейшими тренажерами»

##### 2.1 Тема: «Занятия с кистевыми эспандерами (резиновыми кольцами)»

Теория: ознакомление с кистевыми эспандерами, с особенностями воздействия на мышцы рук кистевых эспандеров.

Практика: применение кистевого эспандера, разучивание комплекса упражнений игрового характера, самостоятельное придумывание упражнений на различные группы мышц, используя резиновые кольца

Форма контроля: беседа, контрольные упражнения.

## 2.2 Тема: «Занятия с дисками «Здоровье»»

Теория: знакомство с особенностями выполнения упражнений на подвижной опоре. Знакомство с техникой безопасности при выполнении упражнений на диске «Здоровья».

Практика: применение диска «Здоровья», самостоятельный подбор упражнений на диске.

Форма контроля: контрольные упражнения.

## 2.3. Тема: «Занятия с плечевыми эспандерами».

Теория: знакомство с особенностями использования плечевого эспандера, с техникой выполнения упражнений с тренажером.

Практика: разучивание комплекса упражнений с плечевым эспандером.

Форма контроля: беседа, контрольные упражнения.

## 2.4 Тема: «Занятие с гантелями»

Теория: знакомство с особенностями использования гантелей, с техникой разных способов хвата гантелей для развития разных групп мышц.

Практика: выполнение упражнений с тренажером, используя разные способы хвата гантелей.

Форма контроля: контрольные упражнения.

## 2.5 Тема: «Занятия на степ - платформах»

Теория: знакомство с терминами «степ-платформа»; с техникой безопасности при выполнении физических упражнений на степ - платформах; с приемами при работе со степ – платформой (степ шаги: Step touch; V-step; Step line).

Практика: применение основных и базовых шагов.

Форма контроля: беседа, контрольные упражнения.

## 3 Раздел «Тренажеры сложного устройства»

### 3.1 Тема: «Занятия на тренажерах сложного устройства, техника безопасности»

Теория: знакомство с тренажерами сложного устройства, особенностями их безопасного использования для тренировки различных мышечных групп.

Практика: свободное применение тренажёров сложного устройства, игровые элементы, соблюдая правила безопасности. Подвижные игры с применением тренажеров.

Форма контроля: беседа.

### 3.2 Тема: «Степпер»

Теория: знакомство с тренажёром, имитирующим ходьбу, с техникой выполнения упражнений на тренажере.

Практика: применение тренажера- разучивание движений циклического характера.

Форма контроля: контрольные задания.

### 3.3 Тема: «Гребной тренажёр»

Теория: знакомство с тренажёром, по характеру движений напоминающий греблю на лодке, с правильной техникой выполнения всех элементов движений, укрепляющих мышцы рук, спины, ног

Практика: применение тренажера- техники выполнения всех элементов движений.

Форма контроля: контрольные задания.

### 3.4 Тема: «Беговая дорожка»



Теория: знакомство с тренажёром, позволяющим выполнять как ходьбу, так и бег.

Практика: выполнение движений циклического характера.

Форма контроля: контрольные задания.

### 3.5 Тема: «Наездник»

Теория: знакомство с тренажером, имитирующим верховую езду, знакомство с техникой движений.

Практика: выполнение движений, развивающие мышцы спины, ног, плечевого пояса и пресса.

Форма контроля: контрольные задания.

### 3.6 Тема: «Батут с ручкой»

Теория: знакомство с техникой безопасности в прыжковых упражнениях на батуте с ручкой.

Практика: выполнение разных видов прыжков. Подвижные игры с применением батута. Применение батута при выполнении упражнений в паре.

Форма контроля: контрольные упражнения.

### 3.7 Тема: «Твистер»

Теория: ознакомление с особенностями тренажёра, с техникой выполнения упражнений на нем.

Практика: нахождение отличий от диска «Здоровья», правильное выполнение упражнений на нем.

Форма контроля: контрольные упражнения.

## 4 Раздел «Комплексные занятия»

4.1 Тема: «Комплексные занятия с применением тренажеров простейшего типа и сложного устройства»

Теория: знакомство с понятием «круговая тренировка», с методом круговой тренировки, с использованием на одном занятии тренажеров простейшего типа и тренажеров сложной конструкции.

Практика: работа на тренажёрах по типу круговой тренировки.

Форма контроля: Передача одному из учащихся роли педагога, совместное решение ситуативных задач, творческие задания, выполнение заданий малым подгруппами, индивидуальные карточки с заданиями, решение проблемных ситуаций индивидуально и в группе, игры, самоконтроль и взаимоконтроль выполнения упражнений.

### 4.2 Тема: «Занятия на полосе препятствий»

Теория: знакомство понятием «полоса препятствий», с составлением полосы препятствий в различных вариантах (разное количество пособий и тренажеров, различное содержание полосы препятствий, варианты способов их прохождения).

Практика: выполнение заданий и упражнений на полосе препятствий.

Форма контроля: Совместное составление полосы препятствий (всей группой, подгруппами с разным количеством участников), соревнования, игры – эстафеты на полосе препятствий, составление из предложенных пособий и тренажеров и самостоятельно подобранных.

## 5 Раздел. Воспитательная работа.

Теория. Беседа о необходимости выполнения круговой тренировки поочередно, сообща, умев договариваться. Совместное решение учащихся о включении разных видов тренажеров в круговую тренировку, в занятия открытого вида (День открытых дверей). Беседа об известных спортсменах родного края. О значении здорового образа жизни в сохранении здоровья и активности.

Практика. Круговые тренировки. День открытых дверей.

Форма контроля. Анализ бесед о важном, предложения по подбору тренажеров для организации круговой тренировки.

6 Раздел. Аттестация. Итоговое занятие.

Теория. Подведение итогов за учебный год.

Практика. Совместный выбор учащихся в выборе тренажеров. Самостоятельная организация и правильное проведение круговой тренировки.

Форма контроля. Беседа

#### Календарный учебный график

Год обучения	Объем учебных часов по годам обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Режим работы
1	72	36	72	2 занятия по 1 часу в неделю

Формы аттестации и система оценки результативности обучения по программе

Формы аттестации: наблюдение, беседа, контрольное задание, контрольные упражнения, итоговое занятие.

Для оценивания результативности обучения по программе используются следующие показатели: теоретическая подготовка учащихся, практическая подготовка, общеучебные умения и навыки (метапредметные результаты), личностное развитие учащихся в процессе освоения дополнительной образовательной программы.

Применяется 10- бальная шкала (низкий уровень: 1 – 3 балла, средний уровень: 4 – 7 баллов, высокий уровень: 8 – 10 баллов).

Оценивание результативности обучения проводится: входящая (предварительная) аттестация 1–2 недели учебного года, промежуточная аттестация на 15–16 недели и на 34–35 недели учебного года. По итогам реализации программы (на последнем году обучения) проводится аттестация по завершению программы.

#### Контрольно- измерительные материалы

##### 1. Критерии оценки реализации программы

		Наименование критерия
	Теория	Знание основ здорового образа жизни
		Знание названия тренажеров

Предметные		Знание правил техники безопасности при выполнении физических упражнений на оздоровительных тренажерах.
	Практика	Умение выполнять основные виды движения
		Умение ориентироваться в пространстве, проявлять выдержку, смелость
		Умение правильно использовать тренажеры
Метапредметные		Знание последовательности выполнения физических упражнений на оздоровительных тренажерах.
		Умение самостоятельно оценивать правильность выполнения упражнений на тренажерах.
		Умение работать в группе- устанавливать доброжелательные отношения, Умение согласовывать свои действия со сверстниками при выполнении упражнений круговой тренировки; уметь договариваться.
Личностные		Умение правильно оценить свои действия
		Сформированность качеств личности: дисциплинированность, выдержка, инициатива, самостоятельность
		Сформированность устойчивого интереса к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности.

## 2.Оценочные материалы

Оценивание предметных результатов обучения по программе:

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Методы диагностики	Степень выраженности оцениваемого качества		
			Низкий уровень (1-3 балла)	Средний уровень (4-7 баллов)	Высокий уровень (8-10 баллов)
Теоретические знания по основным разделам программы	Соответствие теоретических знаний учащегося программным требованиям	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.	Учащийся овладел менее чем половиной знаний, предусмотренных программой	Объем усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$	Учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренный программой за конкретный период

Практические умения и навыки, предусмотренные программой	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Контрольное задание	Практические умения и навыки неустойчивые требуется постоянная помощь по их использованию	Овладел практическими умениями и навыками, предусмотренными программой, применяет их под руководством педагога	Учащийся овладел в полном объеме практическими умениями и навыками, практические работы выполняет самостоятельно, качественно
--	--	---------------------	---	--	---

Оценивание метапредметных результатов обучения по программе:

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Методы диагностики	Степень выраженности оцениваемого качества		
			Низкий уровень (1-3 балла)	Средний уровень (4-7 баллов)	Высокий уровень (8-10 баллов)
Учебно-познавательные умения	Самостоятельность в решении познавательных задач	Наблюдение	Учащийся испытывает серьезные затруднения в работе, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	Учащийся выполняет работу с помощью педагога	Учащийся выполняет работу самостоятельно не испытывает особых затруднений
Учебно-организационные умения и навыки	Умение планировать, контролировать и корректировать учебные действия, осуществлять самоконтроль и самооценку	Наблюдение	Учащийся испытывает серьезные затруднения в анализе правильности выполнения учебной задачи, собственные возможности оценивает с помощью	Учащийся испытывает некоторые затруднения в анализе правильности выполнения учебной задачи, не всегда объективно осуществля-	Учащийся делает осознанный выбор направления учебной деятельности, самостоятельно планирует выполнение учебной задачи и самостоятельно

			педагога	ет самокон- троль	осуществляет самоконтроль
Учебно-коммуникативные умения и навыки	Самостоятельность в решении коммуникативных задач	Наблюдение	Учащийся испытывает серьезные затруднения в решении коммуникативных задач, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	Учащийся выполняет коммуникативные задачи с помощью педагога и родителей	Учащийся не испытывает трудностей в решении коммуникативных задач, может организовать учебное сотрудничество
Личностные качества	Сформированность моральных норм и ценностей, доброжелательное отношение к окружающим, мотивация к обучению	Наблюдение	Сформировано знание на уровне норм и правил, но не использует на практике	Сформированы, но не достаточно актуализированы	Сформированы в полном объеме

#### Условия реализации программы

#### Материально-технические ресурсы:

№	Название	Количество шт/комплект
1	Спортивный зал	1
2	Тренажер «Диск здоровья»	10
3	Гимнастический ролик	10
4	Детский эспандер	10
5	Детские гантели	10
6	Массажер «Колибри»	10
7	Малый мяч - массажер	10
8	Резиновое кольцо	10
9	Батуты	1
10	Степ – скамейки	10

11	Велотренажер	1
12	Беговая дорожка	1
13	«Тяга верхняя», «Тяга нижняя»	1
14	Брусья опорные	1
15	Лестница наклонная	2
16	Жим ногами	1
17	«Бегущий по волнам»	1
18	Наклонная доска	1
19	«Мини - твист» и «Мини - степпер»	1
20	«Фитбол»	1
21	Магнитофон	1
22	Звуковые колонки	1

Расходные материалы (приобретаются учащимися самостоятельно)

№	Название	Количество
1	Спортивная обувь	1
2	Спортивная одежда	1

Методические ресурсы:

№	Название	
1	Учебные пособия	Жукова Л. Занятия с тренажерами - Дошкольное воспитание, 2007, №1. Рунова М.А. Использование тренажеров в детском саду (методическое пособие), 2005.
2	Медиатека	Аудиозаписи
3	Электронные образовательные ресурсы	<a href="https://yandex.ru/video/preview">https://yandex.ru/video/preview</a> <a href="https://infourok.ru/metodicheskie-materialy-iz-opyta-raboty-detskie-sportivnye-trenazhery">https://infourok.ru/metodicheskie-materialy-iz-opyta-raboty-detskie-sportivnye-trenazhery</a>
4	Методические материалы	Картотека схем выполнения упражнений на тренажерах, комплекс круговых тренировок контрольно-измерительные материалы.
	Дидактические материалы	Программы, комплекты дидактических материалов по различным направлениям, наглядные пособия, инструкции, игры, фото, иллюстрации.

Кадровые ресурсы: педагог дополнительного образования.

Использование дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительной общеобразовательной программы

Возможна реализация части программы в дистанционном формате, с целью ознакомления с техникой выполнения упражнений на тренажерах. Занятия проходят на площадке педагога в социальной сети ВКонтакте

Учебные материалы сопровождаются необходимыми пояснениями и инструкциями.

## Воспитывающая деятельность

Приоритетной задачей в сфере воспитания учащихся является развитие высоконравственной личности, разделяющей традиционные духовные ценности, обладающей актуальными знаниями и умениями, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества, готовой к мирному созиданию и защите Родины.

Общая цель воспитания - личностное развитие учащихся, проявляющееся:

- 1) в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе общественных ценностей;
- 2) в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям;
- 3) в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике.

Воспитательная работа в рамках программы «Крепыш» реализуется в соответствии с календарным планом воспитательной работы, который разрабатывается на основе программы воспитания МАДОУ ЦРР-детского сада №150 г. Пензы «Алый парус» и включает следующие направления:

- патриотическое воспитание;
- социальное воспитание;
- физическое воспитание;
- познавательное воспитание;
- трудовое воспитание;
- этико-эстетическое воспитание.

Направления воспитательной работы соотносятся с направленностью и содержанием образовательной программы «Крепыш».

## Список литературы:

1. Власенко Н.Е. Фитнес в детском саду - Пралеска, 2006, № 7;
2. Власенко Н.Е. С физкультурой в дружбе - Пралеска, 2008, №3;
3. Власенко Н.Е. Фитнес для дошкольников - Содействие, 2008;
4. Голицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении – «Издательство Скрипторий 2003», 2006;
5. Ермак Н.Н. Физкультурные занятия в детском саду: творческая школа для дошколят – Феникс, 2004;
6. Железняк Н.Ч. Физкультура для старших дошкольников: играем, тренируемся, развиваемся: пособие для педагогов и руководителей учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования - ООО «ИД» Белый ветер», 2008;
7. Чечета М.В. Фитбол - гимнастика в детском саду, 2003.