

## **Описание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «ВЕСЕЛЫЕ ШАГИ»**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ВЕСЕЛЫЕ ШАГИ» (далее – Программа) муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 1 г. Феодосии Республики Крым» (далее – МБДОУ «Детский сад № 1») разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
- Приказ Минобрнауки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
- Приказ Минпросвещения РФ от 21.01.2019 № 31 «О внесении изменения в федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155».
- Приказ Минпросвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СП 2.4.3648-20);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
- Методические рекомендации для педагогических работников и руководителей образовательных организаций Республики Крым, реализующих дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы различной направленности «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ», Симферополь, ГБОУ ДПО РК КРИППО, 2021;
- Устав МБДОУ «Детский сад №1»;
- Нормативные локальные акты, регламентирующие порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

**Цель Программы:** повышение уровня физической подготовленности и приобщение к здоровому образу жизни детей старшего дошкольного возраста средствами степ-аэробики.

**Задачи Программы (1-ый год обучения):**

*Обучающие:*

- изучить технику выполнения основных циклических упражнений на степах (базовые шаги);
- формировать устойчивое равновесие и правильную осанку у детей;
- обогащать двигательный опыт детей.

*Развивающие:*

- развивать физические качества: быстроту, силу, выносливость, ловкость;
- развивать координацию движений;
- Развивать умение ориентироваться в пространстве.

*Воспитательные:*

- воспитывать морально-волевые качества: уверенность, выдержку, сосредоточенность, внимание;
- воспитывать эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности

**Задачи Программы (2-ой год обучения):**

*Обучающие:*

- совершенствовать технику выполнения основных циклических упражнений на степах (базовые шаги);
- продолжать формировать устойчивое равновесие и правильную осанку у детей;
- продолжать обогащать двигательный опыт детей.

*Развивающие:*

- продолжать развивать физические качества: быстроту, силу, выносливость, ловкость;
- продолжать развивать координацию движений;
- продолжать развивать умение ориентироваться в пространстве.

*Воспитательные:*

- воспитывать морально-волевые качества: уверенность, выдержку, сосредоточенность, внимание;
- воспитывать эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности

**Вид Программы.** Программа является **модифицированной**. За основу взята программа А. С. Кислицына (Сургут, 2015) и книга «Методические рекомендации проведения занятий по аэробике (степ-аэробике) с использованием степ-платформы» Иржова М. М.

**Направленность Программы.** Программа имеет физкультурно-спортивную направленность и рассчитана на детей старшего дошкольного возраста 5 – 7 лет (старшая, подготовительная группа).

**Актуальность Программы.** В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Одна из главных задач дошкольного учреждения – укрепление здоровья детей через физическое воспитание.

Чтобы разнообразить формы работы с дошкольниками в детском саду необходимо искать новые формы, методы и приёмы физического развития детей. Оздоровительная степ-аэробика является эффективным и интересным занятием для дошкольников старшего возраста. Занятия на степ платформ уникальны по своему воздействию на организм занимающихся, ориентированы на физическое развитие детей, где дети учатся не только красиво двигаться, преодолевая трудности образовательного процесса, но и развиваться духовно, эмоционально, физически, интеллектуально, приобретают навыки грациозных движений, учатся аккуратности, целеустремлённости.

**Новизной** данной Программы является:

- Использование современного оборудования (степ - платформы), как средство оздоровления и развития физических качеств детей;
- Программа позволяет использовать степ-аэробика как ключевое звено для развития всех функциональных систем организма и сочетает в себе не только движения циклического характера с использованием степ – платформы, но и силовую гимнастику.
- Цель каждого занятия - не получение максимальных результатов, а развитие двигательного потенциала ребенка, его возможностей без ущерба для здоровья.
- Материал программы направлен на сохранение и укрепление здоровья детей и носит оздоровительный характер.

**Отличительной особенностью** данной Программы является то, что она развивает подвижность в суставах, формирует свод стопы, тренирует равновесие, укрепляет мышечную систему, улучшает гибкость, пластику, восстанавливает тонус тела, нормализует деятельность сердечно-сосудистой системы, помогает выработать хорошую осанку, красивые, выразительные и точные движения, способствует гармоничному развитию детей дошкольного возраста, с учетом индивидуальных особенностей. Программа позволит добиться оптимального уровня развития физических качеств.

**Педагогическая целесообразность** объясняется тем, что предлагаемые в Программе игры и упражнения оптимизируют процесс формирования правильной осанки и укрепление сводов стопы, развитие двигательных способностей, достижение определенного уровня морфофункциональной

зрелости, физической работоспособности, что, в свою очередь, оказывает влияние на формирование предпосылок к учебной деятельности детей старшего дошкольного возраста.

**Адресат Программы.**

Программу осваивают дети старшей и подготовительной к школе группы (от 5 до 7 лет).

**Работа с детьми с ОВЗ:** Работа с детьми с ОВЗ ведется по Индивидуальному образовательному маршруту (далее – ИОМ), разработанному с учетом индивидуальных способностей развития и способностей к учению каждого ребенка. ИОМ на воспитанников с ОВЗ находится у педагога дополнительного образования.

**Объём Программы:**

1 год обучения (5-6 лет) – 72 часа;

2 год обучения (6-7 лет) - 72 часа.

**Срок освоения Программы** – 2 года.

**Уровень Программы** - стартовый.

**Формы обучения** – очная. При необходимости, возможно применение дистанционных образовательных технологий и дистанционного обучения.

**Особенности организации образовательного процесса.** Программа составлена для воспитанников МБДОУ «Детский сад № 1». Форма проведения занятий - групповые занятия. Состав групп – постоянный. Количество детей в группе - 15 - 20 детей.

**Режим занятий:**

Группа	Кол-во занятий в неделю	Продолжительность занятия	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год (фактическое)	Кол-во часов (академические)
1-ый год обучения (5-6 лет)	2	25 мин	50 мин	30 ч	72 ч
2-ой год обучения (6-7 лет)	2	30 мин	60 мин	36 ч	72 ч