

Управление образования и молодежной политики администрации
муниципального образования город Гусь – Хрустальный
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №38 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности
по художественно – эстетическому направлению развития воспитанников»
(МБДОУ «Детский сад №38»)

Принята на заседании
педагогического совета
МБДОУ «Детский сад №38»
от «28» мая 2025 г.
Протокол № 05

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий
МБДОУ «Детский сад №38»

Т.И.Николаева

Приказ № 06-14/44 от 02 июня 2025 г.



Николаева
Татьяна
Ивановна

Подписано цифровой
подписью: Николаева
Татьяна Ивановна
Дата: 2025.06.02
15:46:22 +03'00'

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «СИБИРСКИЙ БОРД»



Направленность: физкультурно - спортивная
Уровень сложности: ознакомительный
Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации: 9 месяцев

Составитель:
Педагог дополнительного образования
Плохих Татьяна Ивановна

г.Гусь-Хрустальный,
2025 г.

Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы:

1.1 Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная программа *физкультурно – спортивной направленности* **«Сибирский борд»** разработана для обучающихся 5-7 летнего возраста, реализуется на базе МБДОУ «Детский сад №38» г. Гусь-Хрустальный.

Программа **«Сибирский борд»** разработана в соответствии с требованиями:

- ФЗ № 273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2021),

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р)

- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»

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

- Примерные требования к программам дополнительного образования детей в приложении к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844

- Письмо Министерства образования и науки РФ N 09-3242 от 18 ноября 2015 г. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных

правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Реализация программы заключается в использовании прикладной деятельности, не применяемой в качестве отдельного предмета в образовательных учреждениях, которая является важным направлением в развитии и воспитании. Программа предполагает развитие физических навыков посредством нестандартного физкультурного оборудования «Сибирский борд» и создание базы для дальнейшего физического развития дошкольников.

Содержание и условия реализации программы соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся.

Программа «**Сибирский борд**» является модифицированной.

Актуальность. Программа направлена на развитие интереса дошкольников к занятиям спортом, на развитие физических качеств, баланса, выносливости, самостоятельности, развития коммуникативных навыков, что способствует формированию личности и ее социальной адаптации к условиям постоянно меняющегося мира.

Новизна программы заключается в ее направленности на приоритетность достижения личностных результатов освоения программы посредством развития физической активности обучающихся, общей культуры, мировоззрения, ценностно-смысловых установок в логике формирования социально значимых знаний, отношений и опыта в различных видах воспитывающей деятельности.

Отличительные особенности программы «Занимательный английский». Учебный материал подается в игровой форме, неустойчивой для ребенка. Программа позволяет использовать координацию и стимуляцию мозжечковой деятельности, как ключевое звено для развития всех функциональных систем организма и сочетает в себе не

только движения циклического характера с использованием СБ, но и силовую гимнастику.

Адресат программы – обучающиеся 5-7 лет.

Объем и срок освоения программы - Срок освоения программы – 9 месяцев. Объем учебных часов составляет – 72 часа.

Форма обучения - очная.

Особенность организации образовательного процесса заключается в объединении разновозрастной группы обучающихся. Физическая нагрузка строится с учетом возрастных особенностей дошкольников. В ходе усвоения детьми содержания программы учитывается темп развития специальных умений и навыков, уровень самостоятельности.

Режим занятий

2 раза в неделю по 1 академическому часу (по 30 минут).

1.2 Цель и задачи

Цель: укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию обучающихся посредством вовлечения их в физкультурно-спортивную деятельность на сибирских бордах.

Задачи:

Личностные:

- формировать эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности.
- развивать чувство уверенности в себе.

Метапредметные:

- развивать двигательные способности детей и физические качества (быстроту, силу, гибкость, подвижность в суставах, ловкость, координацию движений и функцию равновесия для тренировки вестибулярного аппарата ребенка).
- формировать навыки правильной осанки развивать мышечную систему через упражнения на СБ;

Предметные:

- развивать координацию движений

1.3 Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Форма организации занятий	Форма аттестации /контроля
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	1	1	-	Беседа	Наблюдение, опрос
2.	Растяжка	23		23	Выполнение упражнений по инструкции педагога	Наблюдение
3.	Силовая нагрузка	24		24	Выполнение упражнений по инструкции педагога	Наблюдение
4.	Баланс, равновесие	24		24	Выполнение упражнений по инструкции педагога	Наблюдение
	ИТОГО:	72	1	71	-	-

Содержание учебного плана.

Тема 1. Вводное занятие

Теоретические сведения. Знакомство с Сибирским бордом и техникой безопасности.

Тема 2. Занятия на развитие гибкости.

Практическая работа. Тренировка на развитие гибкости посредством нестандартного физкультурного оборудования «Сибирский борд».

Тема 3. Занятия с силовой нагрузкой.

Практическая работа. Тренировка с силовой нагрузкой посредством нестандартного физкультурного оборудования «Сибирский борд».

Тема 4. Занятия для развития баланса

Практическая работа. Тренировка на развитие баланса посредством нестандартного физкультурного оборудования «Сибирский борд».

1.4 Планируемые результаты

Личностные:

- у дошкольников сформировано эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности.
- *развито чувство уверенности в себе.*

Метапредметные:

- развиты двигательные способности детей и физические качества (быстроту, силу, гибкость, подвижность в суставах, ловкость, координацию движений и функцию равновесия для тренировки вестибулярного аппарата ребенка).
- сформированы навыки правильной осанки, развита мышечная система через упражнения на СБ;

Предметные:

- развита координация движений.

2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1 Календарно-учебный график

№	Год обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Объем учебных часов	Режим работы
1.	первый	72	72	72	Два раза в неделю по одному академическим часам

2.2 Условия реализации программы.

Для успешной реализации программы необходимо:

- Спортивный зал;
- Материалы: сибирский борд, коврики.

Кадровое обеспечение программы. Реализацию программы обеспечивает воспитатель, обладающий не только профессиональными

знаниями, но и компетенциями в организации и ведении образовательной деятельности технической направленности.

2.3 Формы аттестации

Для проверки состояния и результатов процесса обучения, его своевременной корректировки в программе используются различные формы контроля и аттестации:

- наблюдение;
- самостоятельное выполнение упражнений.

2.4 Оценочные материалы

Оценивание осуществляется по одному направлению: практическая работа. Для оценивания достижений уровня знаний обучающихся применяются следующие материалы: практические задания.

2.5 Методические материалы.

Организация образовательного процесса дополнительной общеобразовательной программы «Сибирский борд» осуществляется в очной форме.

Методы, используемые в процессе обучения:

1. Словесный метод – беседа.
2. Метод показа – показ.

Метод упражнения – систематическое выполнение и повторение изучаемых действий, закрепление полученных знаний, умений и навыков.

Форма организации образовательного процесса – групповая.

Форма организации учебного занятия – практическое занятие.

Реализация программы предусматривает использование в образовательном процессе следующих педагогических технологий:

1. Технология группового обучения;
2. Технология коллективного взаимообучения;

3. Технология развивающего обучения;
4. Технология проблемного обучения;
5. Здоровье-сберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия. Главная цель учебного занятия– создание условий для проявления физической активности обучающихся.

Структура учебного занятия:

- организационный момент;
- практическая работа;
- обобщение занятия;
- подведение итогов занятия.

2.6. Список использованной литературы.

1. Е.В. Сулим Детский фитнес «Физическое развитие детей 5-7 лет»
М.: ТЦСфера, 2016
2. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду.
Программа и методические рекомендации. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009.
3. Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр.
Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – м.: мозаика-синтез, 2009.
4. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: для занятий с детьми 3-7 лет. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
5. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. Для детей от 5-7 лет. - М.: ТЦ Сфера, 2013.
6. Зинатулин С.Н. Планирование и конспекты занятий по обучению детей регуляции дыхания. – М.: Айрис-пресс, 2007.
7. Соломенникова Н.М. Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет. – Волгоград: Учитель, 2011.
8. Анисимова Т.Г. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников. – Волгоград: Учитель, 2009.

9. Мелехина Н.А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ.– СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012.
10. Литвинова О.М. Спортивные упражнения и игры в детском саду.- Ростов н/Д: Феникс, 2010. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации. – официальный текст - http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_148894/.