

Частное образовательное учреждение дополнительного образования
«Образовательный центр «Константа»

Утверждаю
Директор Учреждения
_____ Е.Г. Смирнова



Приказ № 13
от «30» августа 2017 г. _____

Принята
Решением Педагогического Совета
Учреждения
№ 3
от «28» августа 2017 г.

**Рабочая программа
педагога Глазуновой Т. А.
к общеразвивающей дополнительной программе**

«Культура движения»

**Учебный год: 2017/2018
Возраст учащихся 3-4 года**

**Санкт-Петербург
2017**

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа "Культура движения" на 2017/2017 учебный год разработана в соответствии с:

1. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» №273 от 29.12.12
2. Письмом Министерства образования и науки РФ от 28.10.15 №08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»
3. Учебным планом Частного образовательного учреждения дополнительного образования «Образовательный центр «Константа» на 2017/2018 учебный год
4. Основной общеразвивающей программой "Культура движения"

Программа имеет **физкультурно – спортивную направленность**.

Целью данной программы является создание условий для развития гармоничной, уверенной в себе личности, содействие осознанному отношению детей к своему здоровью, желанию заниматься физкультурой и спортом.

Для достижения данной цели формируются следующие **задачи**:

1. Обучающие:

- сформировать систему знаний о строении тела, технике выполнения упражнений;
- развивать мышление, воображение, находчивость, познавательную активность, расширять кругозор.

2. Оздоровительные:

- способствовать развитию и укреплению сердечно – сосудистой, дыхательной систем и опорно– двигательного аппарата;
- развивать психомоторные способности: мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно – силовые и координационные способности.

3. Воспитательные:

- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- развивать способность через движения эмоционально выражать образы своего настроения и чувства.
- воспитывать уверенность в себе, своих возможностях, уважение к своим товарищам, умение оказать помощь другу, потребность в систематических занятиях физкультурными упражнениями.

Ожидаемый результат.

По окончании обучения дети должны знать:

- названия основных частей тела;

- движения, в выполнении которых участвуют данные части тела (ноги-прыжки, бег, руки – махи, вращения и т.д.);
- упражнения для развития быстроты, силы, гибкости.

И уметь:

- строиться в круг, парами, врассыпную;
- перестраиваться в 2-3 колонны;
- выполнять марш на месте, марш вперед, открытый шаг;
- выполнять простые танцевальные упражнения;
- находить свой ориентир в пространстве;
- двигаться вокруг своего предмета;
- выполнять упражнения на дыхание после бега, прыжков.

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- открытые занятия (ежегодно в декабре и мае);
- участие в соревнованиях,
- эстафеты

Содержание

Форма организации учебных занятий- групповая, индивидуально-групповая.

№	Раздел	Содержание	часы	Вид деятельности
1	Тело человека	Знакомство со строением тела. Беседа о частях тела, их названиях и функциях, типах движений. Выполнение различных типов движений (ходьба, бег, прыжки, ползание, махи руками. Упражнения имитационного характера – подражание движений животных. Упражнения на дыхание. Восстановление дыхания после бега, прыжков.	8	Беседа Упражнения Игры

2	Познание пространства	Рассказ о движении, как можно двигаться: быстро, медленно, по кругу, на месте, вперед, вправо, влево, цепочкой, движение на ограниченном пространстве, по всей площадке, по всему залу. Отработка в играх и игровых упражнениях различных способов передвижений шагом, бегом, парами, прыжками. Учить находить свое место в колонне, в зале (по ориентиру). Учить ходить вперед, вправо, влево, по кругу. Находить свое место (домик) по сигналу. Использовать звуковые и зрительные ориентиры.	15	Беседа Упражнения Игры Эстафета Открытое занятие
3	Движение относительно предмета	Рассказ и показ педагога о движении около предмета (колечко, кубик, обруч) вперед, вокруг, сбоку. Игры на нахождение своего предмета в зале (колечко, игрушка, кубик, геометрическая фигура). Игры под музыку «Найди свой домик». Выполнение движений относительно предмета: спереди, сзади. Выполнение упражнений с предметом относительно себя: сверху, снизу, спереди, сзади.	9	Беседа Упражнения Игры Спортивный праздник
		Итого	32	

Календарно-тематическое планирование

Группы №7,8, 9 будут заниматься 1 раз в неделю (32 часа в год)

№	Тема	Даты	Всего часов
1.	Ознакомительная беседа о строении тела. Тело человека.	11.09, 18.09 25.09, 02.10	8

		09.10, 16.10 23.10, 13.11	
2.	Познание пространства	20.11, 27.11 04.12, 11.12 18.12, 25.12 15.01, 22.01 29.01, 05.02 12.02, 19.02 26.02, 05.03 12.03	15
3.	Движения относительно предмета	19.03, 26.03 02.04, 09.04 16.04, 23.04 07.05, 14.05 21.05	9
Итого:			32