

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 12 Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад № 12
Приморского района Санкт-Петербурга
протокол №1 от «30» августа 2024

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сада № 12
Приморского района Санкт-Петербурга
Т.А. Слободянюк
Приказ № 87-од от 30.08.2024г.

***ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«УВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ ФИТБОЛ»***

Срок освоения: 1 года
Возраст учащихся: 6– 7 лет

Разработчик:
педагог дополнительного образования
Чуркина Т.Ю

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Увлекательный футбол» (далее – Программа) Данная программа составлена на основе действующих нормативно-правовых документов:

1. Основные характеристики программы

1.1 Направленность- физкультурно-спортивная

1.2 Уровень освоения- общекультурный

1.3 Актуальность реализации ДОП:

Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие являются актуальной и неотъемлемой частью педагогической работы в дошкольных учреждениях.

С древнейших времен мяч служил предметом игр и развлечений. Занятия на мячах фитолах уникальны по своему воздействию на организм. Оздоровительное влияние фитола-гимнастики на организм ребенка достигается в первую очередь за счет механической вибрации и амортизационной функции мяча, что приводит к улучшению обмена веществ, кровообращения позвоночника, суставов и внутренних органов.

1.4. Адресат ДОП: дети 6-7 лет

1.5. Объем и срок освоения ДОП:

Объем программы – 32 часа

Срок реализации программы- 32 дня

1.6 Отличительные особенности ДОП: данная программы способствует укреплению опорно-двигательного аппарата, создание мышечного корсета, улучшение подвижности в суставах, создание оптимальных условий для развития интеллектуальной и эмоционально-волевой сферы ребенка. При выполнении физических упражнений на мячах фитолах, одновременно включаются двигательный, вестибулярный, зрительный и тактильный анализаторы, что в геометрической прогрессии усиливает положительный эффект от занятий.

1.7 Цель и задачи ДОП:

Цель: содействовать всестороннему гармоничному развитию личности ребенка через укрепление здоровья, развитие двигательных способностей, профилактику различных заболеваний, приобщение к здоровому образу жизни посредством использования фитола-гимнастики.

Задачи:

Обучающие:

- ✓ расширить знания о фитола - гимнастике;
- ✓ обучение двигательным действиям с мячом;
- ✓ учить двигаться под музыку самостоятельно (импровизировать);
- ✓ познакомиться с танцевальными движениями различных направлений
- ✓ создавать условия для формирования знаний о влиянии занятий фитола –гимнастики на организм, о здоровом образе жизни, о правилах техники безопасности на занятиях.

Развивающие:

- ✓ формирование навыка правильной осанки;
- ✓ развитие координационных способностей, функции равновесия, вестибулярной устойчивости;
- ✓ развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые способности;
- ✓ содействовать развитию чувства ритма, памяти, внимания, воображения, эмоционального самовыражения, раскрепощённости, творчества в движениях.

Воспитательные:

- ✓ воспитание целенаправленной двигательной активности;
- ✓ формирование мотивации к занятиям физическими упражнениями;
- ✓ содействовать формированию коммуникативных умений (лидерства, инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи);

1.8 Планируемые результаты освоения программы:

К концу практики:

- ✓ расширят знания о мячах фитолах;

- ✓ проявят устойчивый интерес к занятиям фитбол-гимнастикой;
- ✓ познакомятся с основными движениями, которые выполняются на мяче;
- ✓ познакомятся с основными танцевальными шагами, сидя на мяче;
- ✓ смогут правильно повторять показанные движения;
- ✓ будут лучше координировать движения своего тела;
- ✓ получат навыки культуры общения в совместной деятельности учащихся и педагога.
- ✓ улучшат свои коммуникативные способности и приобретут навыки работы в коллективе

1.9. Организационно-педагогические условия реализации ДОП:

1.9.1 Язык реализации ДОП: в соответствии с Уставом ГБДОУ детский сад № 12 Приморского района Санкт-Петербурга программа реализуется на основе государственного языка- русского.

1.9.2 Форма обучения ДОП: очная

1.9.3 Условия набора и формирования групп ДОП:

Условия набора в коллектив: принимаются все желающие без специального набора и наличия базовых знаний в данной деятельности

Условия формирования групп: дети 6-7 лет

Количество обучающихся в группе: не более 15 человек

1.9.4 Формы организации и проведения занятий: занятия проводятся по подгруппам

Формы проведения занятий:

- ✓ Беседа, показ, практическая физкультурно- игровая деятельности
 - ✓ репетиция (позволяет разучивать танцевальные элементы);
 - ✓ соревнование (данная форма дает возможность обеспечить формирование общей культуры поведения и выявить одаренных детей);
- праздник (данная форма проведения занятий отлично подходит для учащихся указанной возрастной категории).

Формы организации деятельности участников

- ✓ Беседа, показ, объяснение, демонстрация разучивание новых движений педагогом;
- ✓ физическая подготовка (разминка, общая физическая нагрузка, растяжка);
- ✓ работа в командах (позволяет комбинировать различные движения в малых группах, составляя каждый раз новые элементы танцевальных композиций);
- ✓ работа в паре (позволяет максимально синхронизировать свои движения с движениями партнера).

Форма аттестации: не предусмотрена:

Форма подведения итогов освоения программы: итоговое открытое занятие по окончании обучения, фотоотчет

Материально-техническое оснащение ДОП:

Оборудование и спортивный инвентарь:

- ✓ мячи для занятий фитбол-гимнастикой.
- ✓ дополнительный инвентарь для общей физической подготовки:, коврики, мячи, обручи, гимнастические скамейки; гимнастические маты,
- ✓ аудиоаппаратура, музыкальные композиции

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю (продолжительность 30 минут).

Кадровое обеспечение ДОП: педагог дополнительного образования

Учебный план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество занятий			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Теоретический раздел «Основы знаний»	1	1		опрос - игра
2.	Фитбол - гимнастика «Мой веселый, звонкий мяч»	4		4	фотоотчет, игра-соревнование
	«Школа мяча»	4		4	игра-соревнование
3.	Фитбол - ритмика «Танцы на мячах»	4		4	фотоотчет, опрос - игра
	«Веселый танцор»	4		4	фотоотчет, опрос - игра
4.	Фитбол - атлетика «Силачи»	4		4	игра-соревнование
5	Фитбол «Звезда фитбола»	4		4	фотоотчет, соревнования
	«Фея моря»	4		4	фотоотчет, спортивная эстафета
6	Фитбол-игра «В гости к морской фее»	2		2	фотоотчет, спортивная эстафета
	Итоговое занятие «Путешествие в Играй-город»	1		1	открытое итоговое занятие, фотоотчет
	Итого:	32			

Формы контроля:

- ✓ Педагогическая диагностика, опросы
- ✓ Групповая оценка движений, беседы
- ✓ Танцевальное выступление

Формы проведения результата

Творческое выступление (танец)

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 12 Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад № 12
Приморского района Санкт-Петербурга
протокол №1 от «30» августа 2024

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сада № 12
Приморского района Санкт-Петербурга
Т.А. Слободянюк
Приказ № 87-од от 30.08.2024г.

***ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«УВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ ФИТБОЛ»***

Срок освоения: 1 года
Возраст учащихся: 6 – 7 лет

Разработчик:
педагог дополнительного образования
Чуркина Т.Ю

1. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Цель: развитие физических качеств и укрепление здоровья детей, используя эффективность методики комплексного воздействия упражнений фитбол- гимнастики на развитие физических способностей детей дошкольного возраста

Задачи:

Обучающие:

- ✓ познакомить с танцевальными движениями различных направлений;
- ✓ создавать условия для формирования навыков выразительности, пластичности, танцевальных движений;

Развивающие:

- ✓ развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые способности;
- ✓ содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- ✓ создавать условия для самостоятельного движения под музыку (импровизации);

Воспитательные:

- ✓ воспитывать трудолюбие и стремление к достижению поставленной цели.

Планируемые результаты:

К концу учебного года учащиеся овладели рядом знаний и навыков:

- ✓ Удерживают правильную осанку, при выполнении упражнений сидя на мяче, во время упражнений из положения стоя, сохраняют правильную осанку на мяче при уменьшении площади опоры;
- ✓ Выполняют специальные упражнения для согласования движений с музыкой;
- ✓ Удерживают равновесие на мяче, на степ-доске с ограничением опоры;
- ✓ Выдерживают предлагаемую нагрузку до конца занятия, не сбивая темп заданного в начале;

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ занятия	Наименование раздела темы	Содержание	Дата	Объём учебной нагрузки (в часах)			Формы контроля
				всего	теория	практика	
Теоретический раздел							
1	Основы знаний	«Требования к проведению занятий и последовательность обучения упражнениям на фитболах» «Правила техники безопасности выполнения упражнений на фитболе»; «Профилактика и предупреждение травматизма»	октябрь-май	0,30	0,30		опрос - игра
Фитбол-гимнастика (общеразвивающая направленность)							
2-5	«Мой весёлый, звонкий мяч»	Общеразвивающие упражнения, сидя на мяче ноги вместе без предметов: основные движения рук, ног, туловища, комбинированные упражнения, прыжки, бег. Общеразвивающие упражнения с фитболом: с мячом в руках, перекаты, броски, отбивание мяча от пола индивидуально и в парах. Прыжковые упражнения; упражнения в равновесии; упражнения, направленные на развитие силы; гибкости. Базовые упражнения фитбол-аэробики: основные исходные положения: сидя на мяче, лежа животом на мяче; упор, стоя на мяче. <i>Пружинные движения:</i> сидя на мяче (медленно и быстро). Комплекс упражнений «Часики», «Ку-ку». Подвижные игры: «Второй-лишний», «Припев-куплет» Дыхательная гимнастика «Насос», «Гуси шипят». Упражнение на релаксацию.	Октябрь	2		2	фотоотчет, игра-соревнование

6-9	«Волшебный мяч»	<p>Общеразвивающие упражнения с футболом; прыжковые упражнения; упражнения в равновесии; упражнения, направленные на развитие силы; гибкости; базовые упражнения футбол-аэробики: основные исходные положения: сидя на мяче, лежа животом на мяче; упор, стоя на мяче.</p> <p>Комплекс упражнений «Кукушечка», «Ушастый нянь», «Веселый мячик».</p> <p>Подвижные игры: «День-ночь», «Рука, нога, живот, спина».</p> <p>Дыхательная гимнастика «Часики».</p> <p>Упражнение на релаксацию.</p>	ноябрь	2		2	фотоотчет, игра-соревнование
<i>Фитбол-ритмика (танцевально-ритмическая направленность)</i>							
10-13	«Веселый мячик»	<p>Закрепление правильной посадки на мяче.</p> <p>Упражнение типа потягивания.</p> <p>Упражнения для профилактики нарушений осанки.</p> <p>Фитбол-ритмика (танцевально-ритмическая направленность).</p> <p>Специальные упражнения для согласования с музыкой: ходьба на каждый счет и через счет.</p> <p>Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта.</p> <p>Сочетание ходьбы с хлопками. Выполнение хлопков с различным ритмическим рисунком.</p> <p>Танцевальные шаги.</p> <p>Ритмические танцы: «Танец-утят», танец «Кузнечик».</p> <p>Базовые упражнения футбол-аэробики и их связки. March (марш); step-touch (приставной шаг); jumping jack (прыжок ноги врозь-ноги вместе).</p> <p>Комплекс упражнений «Веселый мячик».</p> <p>Подвижные игры: «Зима и лето», «День и ночь».</p> <p>Дыхательная гимнастика «Насос».</p> <p>Упражнения с массажными мячами для стопы и ладоней.</p> <p>Упражнение на релаксацию.</p>	декабрь	2		2	фотоотчет, игра-соревнование

14-15	«Танец мячей»	<p>Упражнения для мышц туловища; ног; на растягивание; Фитбол-ритмика (танцевально –ритмическая направленность) Специальные упражнения для согласования с музыкой: ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Сочетание ходьбы с хлопками. Выполнение хлопков с различным ритмическим рисунком. Танцевальные шаги. Ритмические танцы. «Кап-кап-кап», Танец «сидя»; Базовые упражнения фитбол-аэробики и их связки. March (марш); step-touch (приставной шаг); jumping jack (прыжок ноги врозь-ноги вместе). Подвижные игры: «Зима и лето», «День и ночь»; Дыхательная гимнастика «Петух». Упражнения с массажными мячами для стопы и ладоней. Упражнение на релаксацию.</p>	январь	2		2	фотоотчет, игра-соревнование
Фитбол-атлетика (общеукрепляющая направленность)							
16-20	«Две подружки»	<p>Упражнения для мышц туловища; ног; на растягивание. Фитбол-атлетика (общеукрепляющей направленности). Комплекс упражнений с фитболами «Веселый мячик». Упражнения, направленные на развитие силы. Упражнения, направленные на развитие выносливости. Комплекс упражнений фитбол-аэробики «Две подружки», «Мама-квочка», «Ням-ням». Подвижные игры: «Поменяйтесь местами», «Воробей и орел»; Дыхательная гимнастика «Ветер», «Воздушный шар». Упражнения с массажными мячами для стоп и ладоней. Упражнение на расслабление «Качаемся». Упражнение на расслабление «Звезда».</p>	февраль				
Фитбол (профилактическая направленность)							
21-24	«Гонка мячей»	<p>Упражнения на формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Комплекс упражнений фитбол-аэробики: «Белоруска», «На болоте». Подвижные игры: «Гонка мячей», «Рука, нога, живот, спина». Эстафета «Быстрая гусеница». Упражнения на дыхание, расслабление и релаксацию. Упражнения пальчиковой гимнастики, упражнения с речитативами (стихи, сказки, игры), сидя на мяче.</p>	март	2		2	фотоотчет, спортивная эстафета

25-28	«Волшебный цветок»	Упражнения на формирования правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Комплекс упражнений фитбол-аэробики: «Волшебный цветок». Творческие игровые задания: «Ай, да я!», «Танец в образе». Упражнения на дыхание, расслабление и релаксацию. Упражнения пальчиковой гимнастики, упражнения с речитативами (стихи, сказки, игры), сидя на мяче.	апрель	2		2	
Фитбол-игра (креативно-игровая направленность)							
29-32	«Играй, играй, мяч не теряй»	Сюжетные занятия. Упражнения для развития гибкости и подвижности в суставах. Упражнения на развития ловкости, ориентировка в пространстве и координация движений. Комплекс упражнений фитбол-аэробики: «Танец в образе», танец в паре «Кузнечик». Эстафета «Веселые котята». Подвижные игры: «Прятки», «Воробей и орел» и др. Дыхательная гимнастика «Гуси шипят». Упражнение на расслабление.	май	1		1	фотоотчет, спортивная эстафета
33	Итоговое занятие «Королевство волшебных мячей»	Выполнение упражнений фитбол-аэробики. Упражнения на развития ловкости, ориентировка в пространстве и координация движений. Упражнения: «Кап-кап-кап», «Людоед», «Веселый мячик», «Волшебный цветок»; Подвижные игры: «День и ночь»; Дыхательная гимнастика. Упражнение на расслабление.	май	0,30		0,30	Открытое занятие, фотоотчет

Содержание Программы

«Основы знаний» - теоретический раздел программы, представленный различными темами, без знания которых овладение практическим материалом является невозможным.

«Требования к проведению занятий и последовательность обучения упражнениям на фитболах»,

«Правила техники безопасности выполнения упражнений на фитболе»;

«Профилактика и предупреждение травматизма».

«Учебно-практический материал» - практический раздел программы способствует формированию умений, навыков и развитию двигательных способностей и включает комплексы упражнений фитбол-аэробики, которые представлены в различных разделах Программы («Фитбол- гимнастика», «Фитбол –ритмика», «Фитбол – атлетика», «Фитбол», «Фитбол-игра»), а также разработкой самостоятельных заданий детьми, которые служат дополнением к изучению программного материала.

Раздел Фитбол-гимнастика (общеразвивающая направленность).

Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения, сидя на мяче, без предметов и с предметами. Общеразвивающие упражнения с фитболом. Упражнения в равновесии. Упражнения, направленные на развитие гибкости и подвижности суставов.

Базовые упражнения фитбол-аэробики. Комплексы упражнений: «Часики», «Ку-ку», «Песня о разных языках», «Ладошка», «Фея моря». Тема: **«Мой весёлый, звонкий мяч!»**

Базовые упражнения фитбол-аэробики: основные исходные положения: сидя на мяче, лежа животом на мяче; упор, стоя на мяче, упор, стоя животом на мяче.

Пружинные движения: сидя на мяче (медленно и быстро); Комплекс упражнений «Часики», «Ку-ку»;

Подвижные игры: «Второй-лишний», «Припев-куплет» Дыхательная гимнастика «Насос», «Гуси шипят»; Упражнение на релаксацию.

Тема: **«Школа мяча»**

Базовые упражнения фитбол-аэробики: основные исходные положения: сидя на мяче, лежа животом на мяче; упор, стоя на мяче, упор, стоя животом на мяче.

Комплекс упражнений «Песня о разных языках», «Ладошка», «Фея моря».

Подвижные игры: «Припев- куплет», «Угадай мелодию» . Дыхательная гимнастика «Насос», «Шар лопнул».

Упражнение на релаксацию.

Раздел Фитбол-ритмика (танцевально-ритмическая направленность).

Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Основы хореографии.

Танцевальные шаги. Ритмические танцы: «Автостоп в парах», «Большая стирка». Базовые упражнения фитбол-аэробики и их связки. Кнее up (подъем колена), lunge (выпад), jog (бег);

Комплексы упражнений: «Ладушки», «Спляшем, Ваня!». Тема: **«Танцы на мячах»**

Танцевальные шаги:

Сидя на мяче «гармошка», «ковырялочка», «шаг с притопом», «перекатный шаг». Ритмические танцы: «Автостоп в парах»;

Базовые упражнения фитбол-аэробики и их связки. Кнее up (подъем колена), lunge (выпад), jog (бег);

Комплекс упражнений «Ладушки». Подвижная игра: «Дырявая луна»; Дыхательная гимнастика: «Шар лопнул».

Упражнения с массажными мячами для стопы и ладоней. Упражнение на релаксацию.

Тема: **«Весёлый танцор»**

Танцевальные шаги Ритмические танцы. «Большая стирка».

Базовые упражнения фитбол-аэробики и их связки. Кнее up (подъем колена), lunge (выпад), jog (бег);

Подвижная: «Дырявая луна», «Угадай мелодию»; Дыхательная гимнастика «Дровосек».

Упражнения с массажными мячами для стопы и ладоней. Упражнение на релаксацию.

Фитбол-атлетика (общеукрепляющая направленность)

Упражнения, направленные на развитие силы. Упражнения, направленные на развитие выносливости. Комплексы упражнений фитбол-аэробики: «Бегемот», «Ква-ква», «Силачи».

Тема: **«Силачи»**

Комплекс упражнений фитбол-аэробики «Силачи», «Бегемот»; «Ква-ква»; Подвижные игры: «Пятнашки», «Привет-куплет»;

Дыхательная гимнастика «Шар лопнул», «Дровосек»; Упражнения с массажными мячами для стоп и ладоней. Упражнение на расслабление.

Упражнение на расслабление.

Фитбол (профилактическая направленность)

Упражнения на формирование правильной осанки. Упражнения для профилактики плоскостопия. Упражнения для укрепления пальцев рук и развитие мелкой моторики. Упражнения на дыхание, расслабление и релаксацию. Комплексы упражнений фитбол-аэробики: «Цапля», «Марыся», «Кикимора», «Мотылек».

Тема: «Звезда футбола»

Упражнения для профилактики плоскостопия: «Гармошка», «Елочка»; Упражнения для укрепления пальцев рук и развития мелкой моторики; Комплекс упражнений фитбол-аэробики: «Цапля», «Марыся»; Подвижные игры: «Пятнашки», «Дракон»;

Эстафета: Бег с мячом в руках, передача и броски мяча в шеренгах, колоннах;

Упражнения на дыхание, расслабление и релаксацию. Посегментное расслабление. Поглаживание, растирание, похлопывание рук, ног, туловища.

Тема: «Фея моря»

Комплекс упражнений фитбол-аэробики: «Кикимора», «Мотылек», «Фея моря»; Творческие игровые задания: «Танец - загадка».

Упражнения на дыхание, расслабление и релаксацию. Упражнения пальчиковой гимнастики, упражнения с речитативами (стихи, сказки, игры), сидя на мяче.

Фитбол-игра (креативно-игровая направленность).

Тема: «В гости к морской фее»

Сюжетные занятия «Мой веселый, звонкий мяч», «Звезда футбола»; Упражнения для развития гибкости и подвижности в суставах.

Упражнения на развития ловкости, ориентировка в пространстве и координация движений. Творческие задания: «Танец в кругу»;

Эстафета: бег с мячом в руках, передача и броски мяча в шеренгах, колоннах; Музыкально-подвижные игры: «Припев- куплет», «Пятнашки», «Дракон» и др. Дыхательная гимнастика «Маятник».

Упражнение на расслабление.

Сюжетные занятия: «Мой веселый, звонкий мяч», «Звезда футбола».

Тема: **«Путешествие в Игрой-класс»**

Упражнение: «Песня о разных языках» «Силачи», «Кикимора», «Мотылек»; Подвижные игры: «Припев-запев»;

Творческое задание: «Танец в кругу», «Танец – загадка» Дыхательная гимнастика. «Часики»

Упражнение на расслабление.

Формы контроля и оценочные материалы

Формы контроля

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

Текущий контроль (в течение всего учебного года на занятиях после прохождения разделов программы) проводится для отслеживания уровня освоения учебного материалы программы и развития личностных качеств учащихся.

Промежуточный контроль (декабрь - январь) с целью выявления уровня освоения наиболее сложных разделов программы учащимися и корректировки процесса обучения.

Формы контроля: самостоятельное выполнение физических упражнений на фитболе.

Итоговый контроль (проводится в конце обучения по программе).

Формы контроля: контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме

Формы подведения итогов реализации ДОП

Формой подведения итогов реализации данной дополнительной общеразвивающей программы «Увлекательный футбол», является участие в различных районных, городских конкурсах, соревнованиях, а также в праздниках, проводимых внутри детского сада.

Оценка результатов обучения:

Программой предусмотрены следующие уровни системы оценки качества:

педагогические наблюдения, связанные с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации; открытые занятия.

Программа предоставляет педагогу право самостоятельного выбора инструментов педагогической оценки детей.

- ✓ Проявление интереса к занятиям, эмоциональный отклик, активность на занятии
- ✓ Уровень произвольности процессов внимания на занятиях, самостоятельность при выполнении упражнений и игр
- ✓ Отношение к оценке своего труда
- ✓ Навыки общения в коллективе

Низкий уровень. (1 балл)

Не замечает ошибок в технике выполнения. Слабо контролирует технику выполнения. Допускает нарушения в играх. Без усилия и интереса осваивает новые упражнения.

Средний уровень.(2 балла)

Может замечать свои ошибки в технике выполнений. Устойчивое равновесие сохраняют. Оценивает выполнение упражнений другими детьми, проявляет интерес к новым упражнениям.

Высокий уровень. (3 балла)

Самостоятельно организывает игру. Равновесие устойчивое. Упражнения выполняет с хорошей амплитудой, выразительно. Самооценивает и контролирует других детей.

ПРОТОКОЛ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧАЩИХСЯ 20___/20___ учебный год

Дополнительная общеразвивающая программа _____

Срок реализации 32 часа _____

№ группы _____ кол-во учащихся в группе _____

ФИО педагога _____

Дата проведения _____

Форма проведения _____

РЕЗУЛЬТАТЫ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ

№	ФИО ребенка	Возраст(лет)	Результат(уровень усвоения)*	Примечание

*Уровень освоения программы (высокий, средний, низкий)

Результаты промежуточной аттестации:

Высокий уровень _____ чел, средний уровень _____ чел, низкий уровень _____ чел

Список литературы:

1. Сайкина Е.Г., Кузьмина С.В. Фитбол-аэробика для дошкольников «Танцы на мячах». Парциальная программа. – СПб.: ООО «Издательство «Детство – Пресс», 2016. – 160с.
2. Власенко Н.Э. Фитбол-гимнастика в физическом воспитании детей дошкольного возраста (теория, методика, практика) СПб.: ООО «Издательство «Детство – Пресс», 2018. – 112с.
3. Нечитайлова А. А., Полунина Н.С., Архипова М.А. Фитнес для дошкольников, Санкт- Петербург, Детство –Пресс, 2016.
4. Варшавская Р.А., Кудряшова Л.Н. Игры под музыку. – М., 1964.
5. Фирилёва Ж.Е., Рябчиков А.И. Загрядская О.В. Танцы и игры под музыку для детей дошкольного возраста. Учебно-методическое пособие. – Санкт-Петербург, Издательство «Планета Музыки», «Лань», 2018.
6. Кузьмина С.В. Возможности применения фитболов в различных оздоровительных занятиях с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб.РГПУ им. А.И.Герцена, 2010.-