

**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ**

**муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Калининграда
центр развития ребенка - детский сад №114**

Обсуждена на педагогическом совете «31» мая 2023 г. Протокол № 5	УТВЕРЖДАЮ заведующий МАДОУ ЦРР д/с №114 _____/Киселева Е.В./
--	--

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Вместе весело шагать»**

Возраст обучающихся: 5-7 лет Срок реализации: 1 год

Автор программы:
Кравченко Ирина Вячеславовна,
инструктор по физической культуре
г. Калининград

г. Калининград, 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа. Степ-аэробика один из самых простых и эффективных стилей в большом семействе аэробики. Степ в переводе с английского языка буквально обозначает «шаг». Это будет первый шаг к красивой и тренированной фигуре. Шаговая аэробика проста, она не требует излишнего сосредоточения на правильном усвоении тех или иных движений.

Степ-аэробика действует на тело комплексно, развивая нужную группу мышц. Тело будет более стройным, гибким, пластичным и выносливым. Аэробика оказывает положительное действие на весь организм, укрепляет дыхательную, сердечно-сосудистую и нервную системы, тренирует вестибулярный аппарат. Опыт работы с детьми дошкольного возраста показывает, что все формы оздоровительной, физической культуры положительно влияют на организм ребенка. Но наиболее эффективно степ – аэробика. Эти занятия доставляют большое удовольствие. Они сопровождаются бодрой, ритмичной музыкой, которая создает у детей хорошее настроение.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа. Главной ценностью для человека является его здоровье. Причем эта ценность выступает на двух уровнях: личном и общественном.

Дошкольный возраст в развитии ребенка – это период, когда закладывается фундамент его здоровья, физического развития и культуры движений. От того, как организовано воспитание и обучение ребенка, какие условия созданы для его взросления, для развития его физических и духовных сил, зависит развитие и здоровье в последующие годы жизни.

Забота о здоровье ребенка стала занимать во всем мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению как самих себя, так и своих детей.

Воспитание уважительного отношения к своему здоровью необходимо начинать с детства. Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально физиологически адаптирован.

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы.

Степ-платформа - оборудование в виде небольшой скамейки с регулятором высоты. Снаряд производится из прочного пластика, а поверхность покрывается рисунком, препятствующим скольжению обуви.

Шаг «степ-тач» - это шаги, которые начинают обычно с приставных шагов на полу, слева направо и наоборот.

Шаг «бейсик - степ» - это шаг одной ногой на степ платформу, вторую ногу за счет напряжения ягодичных мышц поднимают назад (захлест голени).

Шаг «ви - степ» - это шаг, который напоминает собой букву V. Нужно шагнуть поочередно на степ двумя ногами на противоположные уголки ступа. Поочередный шаг ногами на противоположные углы платформы, ноги движутся как бы по верхним углам английской буквы V.

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Вместе весело шагать» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Уровень освоения программы – базовый.

Актуальность образовательной программы. Занятия на степ -платформах уникальны по своему воздействию на организм занимающихся, ориентированы на физическое развитие детей, где они учатся не только красиво двигаться, преодолевая трудности образовательного процесса, но и развиваются эмоционально, физически,

интеллектуально, приобретают навыки грациозных движений, учатся аккуратности, целеустремлённости.

Педагогическая целесообразность образовательной программы. По мнению физиологов, психологов, инструкторов по физической культуре развитие ребенка невозможно без развития движений. А если движения происходят под музыку, то это способствует развитию таких физических качеств, как гибкость, пластичность, выносливость и грациозность движений.

Шаговая аэробика проста. Все, что нужно - это уметь красиво ходить. Важно научить детей быть чуткими к ощущениям в ногах. Движения на степе довольно просты, их легко выучить. Базовые шаги образуют множество комбинаций. Легкие ритмичные движения под музыку равноценны пробежке. Достаточно 20-30 мин. выполнения упражнений, чтобы получить необходимую физическую нагрузку.

Практическая значимость образовательной программы. Степ - аэробика - одна из форм проведения занятий по физической культуре, способствующая воспитанию интереса детей дошкольного возраста к процессу выполнения физических упражнений.

Использование приёмов имитации и подражания, образных сравнений соответствует психологическим особенностям дошкольников, облегчает процесс запоминания, освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятия, способствует развитию мышления, воображения, творческих способностей, познавательной активности.

Принципы отбора содержания образовательной программы.

1. Принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка. Развивающий характер образования реализуется через деятельность каждого ребенка в зоне его ближайшего развития.

2. Сочетание принципа научной обоснованности и практической применимости. Содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики.

3. Соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности, то есть позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму».

4. Единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста.

5. Принципы гуманизации, дифференциации и индивидуализации, непрерывности и системности образования.

Отличительные особенности программы. Степ-аэробика - это новый вид спорта, который способствует гармоничному развитию и укреплению мышечной системы, восстанавливает тонус тела, нормализует деятельность сердечно – сосудистой системы, помогает выработать прекрасную осанку, красивые, выразительные и точные движения.

Цель образовательной программы: укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости организма; создание условий для формирования у детей дошкольного возраста потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Задачи:

Обучающие:

- формирование стойкого интереса к занятиям физической культуры;
- расширение представлений детей о занятиях степ – аэробикой.

Развивающие:

- развивать общую выносливость функциональных систем организма;
- развивать координационные способности;
- развивать двигательные качества (быстрота, ловкость и т. д.);
- развивать чувство ритма, музыкальный слух, память, внимание;
- развивать умение ориентироваться в пространстве.

Воспитательные:

- воспитывать самостоятельность;
- воспитывать умение слушать, запоминать задание, а затем выполнять его;

- воспитывать коммуникативные качества и умения взаимодействия в группе сверстников и при общении с взрослыми.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Вместе весело шагать» предназначена для детей в возрасте от 5 до 7 лет, посещающих МАДОУ ЦРР д/с № 114.

Особенности организации образовательного процесса. Набор детей в группы осуществляется на свободной основе по желанию детей. Программа предусматривает групповые и фронтальные формы работы. Состав группы 5-10 человек.

Формы обучения по образовательной программе. Форма обучения – очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий. Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 25-30 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 2 раз в неделю.

Объем и срок освоения образовательной программы. Срок освоения программы – 9 месяцев. На полное освоение программы требуется 72 часа.

Основные методы обучения. Форма организации работы с детьми в ходе образовательной деятельности: индивидуальная и подгрупповая. В программе выделены три аспекта индивидуализации:

- индивидуальный подход к детям с учетом состояния здоровья;
- индивидуальный подход к детям с учетом уровня физической подготовленности;
- индивидуальный подход к детям с учетом характера двигательной активности.

При работе используются следующие методы и приемы обучения:

1. Метод сходства. При подборе нескольких упражнений за основу берется какая-то одна тема, направление перемещений или стиль движений.

2. Метод усложнения. Определенная логическая последовательность обучения упражнениям, постепенное усложнение упражнений за счет новых деталей: изменение темпа движения, изменение ритма, ввод новых деталей, изменение техники выполнения движения, предварительное выполнение движения каждой частью тела отдельно, а затем их объединение в одном упражнении.

3. Метод повторений.

4. Метод музыкальной интерпретации. 1) Конструирование упражнений с учетом основ музыкальной грамоты. Сильные и слабые доли могут отражаться движениями (хлопками, прыжками, притопами и т.п.) 2) Вариации движений в соответствии с изменениями в содержании музыки. При повторении музыкальной темы повторяются ранее выполненные упражнения, в которые вводятся дополнения (акценты, другой темп или ритм, амплитуда или др.).

Планируемые результаты. В результате обучения по данной программе у детей:

- сформирована осанка;
- сформирован свод стопы;
- сформировано умение ориентироваться в пространстве;
- развиты чувство ритма, музыкальный слух, память, внимание и координация движений.

Механизм оценивания образовательных результатов. по программе «Вместе весело шагать» является оценка индивидуального развития детей. Оценка качества обучения выражается в опосредованной форме: низкий уровень (знание, умение, навык не сформирован); средний уровень (знание, умение, навык находятся в стадии становления); высокий уровень (знание, навык, умение сформировано).

Формами подведения итогов реализации программы «Вместе весело шагать» является входящий мониторинг (в начале освоения программы) и итоговый мониторинг (в конце освоения программы), просмотр занятий. Цель входной педагогической диагностики: диагностика имеющихся знаний и умений дошкольников. Итоговая педагогическая диагностика применяется для оценки качества и уровня усвоения программы. Педагогическая диагностика проводится два раза: в сентябре – вводная, в мае – итоговая.

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы.

Материально-технические условия реализации образовательной программы: Помещение для занятий физкультурный зал, который соответствует санитарным нормам СанПин. Развивающая предметно-пространственная среда включает соответствующую мебель, оснащение, оборудование и материалы:

- степ-платформы - 10

- магнитофон - 1

Учебно-методическое и информационное обеспечение образовательной программы: тематический демонстрационный материал, музыкальные произведения.

Кадровое обеспечение реализации программы. Реализацию программы осуществляет педагог, имеющий высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Формы контроля и оценочные материалы. В начале и в конце учебного года проводится мониторинг. Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы является открытое занятие для родителей (законных представителей).

**Содержание программы
1 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)**

№	Задачи	Программное содержание
Сентябрь		
Занятие 1	Основы техники безопасности и правил безопасного поведения на занятиях	
Занятие 2-4	Познакомить детей с термином «Степ – аэробика». Дать детям сведения о пользе занятий степ – аэробикой. Вызвать желание заниматься степ –аэробикой посредством просмотра презентаций, показа комплекса степ - аэробики. Знакомство со степ – платформой. Основные правила подъема на степ – платформу.	Аэробные упражнения: «Ласточка», «Лодочка» Игровое упражнение: «Великаны и гномы», «Витамины», «Стойкий оловянный солдатик» Упражнение на расслабление и дыхание: «Раскачивающее дерево» «Ветерок» Подвижные игры: «Перелет птиц» Самомассаж
Октябрь		
Занятие 5	Разучивание основных подходов в степ - аэробике, учить сочетать движения с музыкой. Познакомить детей с базовым шагом «степ-тач». Показать правильное его выполнение. Разучивание базового шага сначала под счет, затем в сочетании под музыку. Упражнения на расслабление и дыхание.	Упражнения на степ-платформе: шаг «степ-тач» Аэробные упражнения: «Ковер-самолет» Игровое упражнение: «Раки на тропинке», «Прогулка по волшебному лесу» Упражнение на расслабление и дыхание: «Раскачивающее дерево» Подвижные игры: «Не оставайся на земле» Самомассаж
Занятие 6	Закрепить знание базового шага «степ - тач». Познакомить детей с базовым шагом «бейсик - степ». Показать правильное его выполнение.	Упражнения на степ-платформе: шаг «степ-тач», «бейсик - степ»

	Разучивание базового шага под счет, затем в сочетании с музыкой.	Аэробные упражнения: «Выпад» Игровое упражнение: «Море волнуется» Упражнение на расслабление и дыхание: «Цветок» Подвижные игры: «Физкульт-ура!» Самомассаж
Занятие 7	Разучивание базового шага «ви - степ». Закрепление изученных базовых шагов «степ - тач», «бейсик - степ», составление небольших связок из движений. Добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений. Выполнять упражнения с большой амплитудой, в соответствии с характером и динамикой музыки.	Упражнения на степ-платформе: шаг «ви - степ», «степ-тач», «бейсик-степ» Аэробные упражнения: «Выпад», «Ласточка» Игровое упражнение: «Раки на тропинке» Упражнение на расслабление и дыхание: «Листочки» Подвижные игры: «Физкульт-ура!» Самомассаж
Занятие 8	Закрепление изученных шагов, составление небольших комбинаций на основе изученных шагов закреплять двигательные умения и знание правил в играх и упражнениях. Самостоятельно и быстро строиться и перестраиваться. Выполнять общие упражнения активно, с напряжением.	Упражнения на степ-платформе: шаг «ви - степ», «степ-тач», «бейсик-степ» Аэробные упражнения: «Березка» Игровое упражнение: «Раки на тропинке» Упражнение на расслабление и дыхание: «Листочки» Подвижные игры: «Бездомный заяц» Самомассаж
Занятие 9	Разучивание базового шага «степ – ап». Закрепление композиции на основе изученных шагов. Добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений. Выполнять упражнения с большой амплитудой, в соответствии с характером и динамикой музыки	Упражнения на степ-платформе: шаг «степ-ап» Аэробные упражнения: «Верблюду» Игровое упражнение: «По лесенке» Упражнение на расслабление и дыхание: «Листочки» Подвижные игры: «День и ночь» Самомассаж
Занятие 10	Разучивание базового шага «степ – захлест». Составление мини комплекса из 3 - 4х изученных шагов, комбинирование мини – комплекса с танцевальными комбинациями. Развивать	Упражнения на степ-платформе: шаг «степ-захлест» Аэробные упражнения: «Верблюду»

	<p>творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений. Выполнять упражнения в соответствии с музыкальной фразой или указаниями. Выполнять упражнения из разных исходных положений.</p>	<p>Игровое упражнение: «По лесенке» Упражнение на расслабление и дыхание: «Листочки» Подвижные игры: День и ночь» Самомассаж</p>
Занятие 11	<p>Разучивание «топ - ап» - верхнее касание, повторение шага «степ- захлест» совершенствование, отработка выученных комбинаций. Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности. Выполнять разнообразные упражнения с оборудованием. Выполнять упражнения с большой амплитудой, в соответствии с характером и динамикой музыки.</p>	<p>Упражнения на степ-платформе: шаг «степ-захлест», «топ-ап» верхнее касание Аэробные упражнения: «Самолет» Игровое упражнение: «Цирковые лошадки» Упражнение на расслабление и дыхание: «Раскачивающее дерево» Подвижные игры: «Ловишки» Самомассаж</p>
Занятие 12	<p>Разучивание базового шага «шаг - колено» – шаг с подъемом колена, повторение изученных основных шагов. Отработка выученных комбинаций.</p>	<p>Упражнения на степ-платформе: шаг «шаг - колено» Аэробные упражнения: «Корзинка» Игровое упражнение: «Пингвины на льдине» Упражнение на расслабление и дыхание: «Росток» Подвижные игры: «Кто быстрее до флажка» Самомассаж</p>
Ноябрь		
Занятие 13	<p>Разучивание шага «Крест» комбинируя его с танцевальными движениями рук. Учить начинать упражнения с различным подходом к платформе. «Крест» - шаг со степа вперед, назад, вправо, влево. Повторение изученных основных шагов. Отработка выученных комбинаций. Добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений. Выполнять упражнения в соответствии с музыкальной фразой.</p>	<p>Упражнения на степ-платформе: шаг «крест» Аэробные упражнения: «Стрела», «Выпад» Игровое упражнение: «Ракета» Упражнение на расслабление и дыхание: «Птички» Подвижные игры: «Охотники и обезьяны» Самомассаж</p>
Занятие 14	<p>Разучивание шаг «Ниап», «шаг-кик», повторение изученных основных шагов. Добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений. Выполнять упражнения в соответствии с музыкальной фразой или указаниями.</p>	<p>Упражнения на степ-платформе: шаг «Ниап», «шаг-кик» Аэробные упражнения: «Стрела», «Выпад»</p>

		Игровое упражнение: «Мы веселые ребята» Упражнение на расслабление и дыхание: «Листочки» Подвижные игры: «Перемени предмет» Самомассаж
Занятие 15	Разучивание шаг «мамбо» комбинируя его с танцевальными движениями рук. Повторение изученных основных шагов. Отработка выученных комбинаций.	Упражнения на степ-платформе: шаг «мамбо» Аэробные упражнения: ранее изученные Игровое упражнение: «Мишка лентяй» Упражнение на расслабление и дыхание: ранее изученные Подвижные игры: «Перелет птиц» Самомассаж
Занятие 16-17	Разучить первую часть комплекса № 1 под счет.	Комплекс №1
Занятие 18-19	Разучивать вторую часть комплекса №1 под счет.	Комплекс №1
Занятие 20	Совершенствование движений первой и второй части комплекса №1, отработка выученных комбинаций. Работа над выразительностью выполнения движений	Комплекс №1
Декабрь		
Занятие 21-22	Разучивать третью часть комплекса №1 под счет. Совершенствование, отработка выученных комбинаций. Работа над выразительностью выполнения движений комплекса.	Комплекс №1
Занятие 22-23	Дать детям представления о разном характере музыки, которая сопровождает комплексы степ - аэробики в процессе прослушивания различных музыкальных отрывков: быстрая, медленная музыка. Совершенствовать комплекс № 1 под музыку.	Комплекс №1
Занятие 24-25	Закрепление изученных шагов, составление небольших комбинаций на основе изученных шагов. Совершенствовать комплекс № 1 под музыку.	Комплекс №1
Занятие 26-27	Учить детей правильному выполнению степ шагов на ступах (подъем, спуск; подъем с оттягиванием носка). Работа над выразительностью выполнения движений комплекса № 1 под музыку. Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности. Выполнять разнообразные упражнения с оборудованием. Выполнять упражнения с большой амплитудой, в соответствии с характером и динамикой музыки	Комплекс №1
Занятие 28	Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности. Выполнять	Комплекс №1

	разнообразные упражнения с оборудованием. Выполнять упражнения с большой амплитудой, в соответствии с характером и динамикой музыки. Точно выполнять сложные подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину и в высоту. Упражнения на расслабление и дыхание.	
Январь		
Занятие 29-31	Разучивание комплекса № 2 на степ-платформах (подготовительная часть) под счет. Совершенствовать разученные шаги. Развивать выносливость, равновесие, гибкость.	Комплекс №2
Занятие 32-34	Разучивание комплекса № 2 на степ - платформах (основной части) под счет. Повторение, совершенствование подготовительной части комплекса степ – аэробики.	Комплекс №2
Занятие 35-36	Совершенствовать комплекс № 2 под музыку. Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности. Выполнять разнообразные упражнения с оборудованием. Выполнять упражнения с большой амплитудой.	Комплекс №2
Февраль		
Занятие 37-39	Разучивание комплекса № 3 на степ-платформах (подготовительная часть) под счет. Совершенствовать разученные шаги. Развивать выносливость, равновесие, гибкость.	Комплекс №2
Занятие 40-42	Разучивание комплекса № 3 на степ - платформах (основной части) под счет. Повторение, совершенствование подготовительной части комплекса степ – аэробики.	Комплекс №2
Занятие 43-44	Совершенствовать комплекс № 3 под музыку. Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности. Выполнять разнообразные упражнения с оборудованием. Выполнять упражнения с большой амплитудой.	Комплекс №2
Март		
Занятие 45-47	Разучивание комплекса № 4 на степ-платформах (подготовительная часть) под счет. Совершенствовать разученные шаги. Развивать выносливость, равновесие, гибкость.	Комплекс №4
Занятие 48-50	Разучивание комплекса № 4 на степ - платформах (основной части) под счет. Повторение, совершенствование подготовительной части комплекса степ – аэробики.	Комплекс №4
Занятие 51-52	Совершенствовать комплекс № 4 под музыку. Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности. Выполнять разнообразные упражнения с оборудованием. Выполнять упражнения с большой амплитудой.	Комплекс №4
Апрель		
Занятие 53-55	Разучивание комплекса № 5 на степ-платформах (подготовительная часть) под счет. Совершенствовать разученные шаги. Развивать выносливость, равновесие, гибкость.	Комплекс №5

Занятие 55-58	Разучивание комплекса № 5 на степ - платформах (основной части) под счет. Повторение, совершенствование подготовительной части комплекса степ – аэробики.	Комплекс №5
Занятие 59-60	Совершенствовать комплекс № 5 под музыку. Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности. Выполнять разнообразные упражнения с оборудованием. Выполнять упражнения с большой амплитудой.	Комплекс №5
Май		
Занятие 61-63	Разучивание комплекса № 6 на степ-платформах (подготовительная часть) под счет. Совершенствовать разученные шаги. Развивать выносливость, равновесие, гибкость.	Комплекс №6
Занятие 64-66	Разучивание комплекса № 6 на степ - платформах (основной части) под счет. Повторение, совершенствование подготовительной части комплекса степ – аэробики.	Комплекс №6
Занятие 67-68	Совершенствовать комплекс № 6 под музыку. Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности. Выполнять разнообразные упражнения с оборудованием. Выполнять упражнения с большой амплитудой.	Комплекс №6
Июнь		
Занятие 69-72	Повторение изученных комплексов степ - аэробики. Работа над выразительностью выполнения движений комплекса, над синхронным выполнением движений рук, ног. Добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений. Выполнять упражнения в соответствии с музыкальной фразой или указаниями.	Аэробные упражнения: ранее изученные Игровое упражнение: ранее изученные Упражнение на расслабление и дыхание: ранее изученные Подвижные игры: ранее изученные

Учебный план

№	Раздел, тема	Количество занятий			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Основы техники безопасности и правил безопасного поведения на занятиях	1	1	-	обобщающее занятие в игровой форме
2	Упражнения на степ-платформе	11	1	10	
3	Аэробные упражнения	4	1	3	
4	Игровое упражнение	4	1	3	
5	Упражнения на расслабление и дыхание	4	1	3	
6	Самомассаж	4	1	3	
7	Комплексы упражнений на степ-платформе	44	4	40	
Итого:		72	10	62	

Календарный учебный график

№	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности
---	--------------------	---

		«Вместе весело шагать»
1.	Начало учебного года	18 сентября 2023 г.
2.	Продолжительность учебного периода	32 учебных недели
3.	Продолжительность учебной недели	5 дней
4.	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5.	Количество часов	72 часа
6.	Окончание учебного года	17 мая 2024 г.
7.	Период реализации программы	18.09.2023 г.-18.06.2024 г.

Рабочая программа воспитания

Программа воспитания основана на воплощении национального воспитательного идеала, который понимается как высшая цель образования, нравственное (идеальное) представление о человеке.

Программа воспитания предусматривает приобщение детей к традиционным ценностям российского общества - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России. Вся система ценностей российского народа находит отражение в содержании воспитательной работы ДОО, в соответствии с возрастными особенностями детей.

Ценности Родина и природа лежат в основе патриотического направления воспитания. Цель патриотического направления воспитания - содействовать формированию у ребенка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны.

Ценности милосердие, жизнь, добро лежат в основе духовно-нравственного направления воспитания. Цель духовно-нравственного направления воспитания - формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально-ответственному поведению.

Ценности человек, семья, дружба, сотрудничество лежат в основе социального направления воспитания. Цель социального направления воспитания - формирование ценностного отношения детей к семье, другому человеку, развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми.

Ценность познание лежит в основе познавательного направления воспитания. Цель познавательного направления воспитания - формирование ценности познания.

Ценности жизнь и здоровье лежат в основе физического и оздоровительного направления воспитания. Цель физического и оздоровительного воспитания - формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.

Ценность труд лежит в основе трудового направления воспитания. Цель трудового воспитания - формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребенка к труду.

Ценности культура и красота лежат в основе эстетического направления воспитания. Цель эстетического направления воспитания - способствовать становлению у ребенка ценностного отношения к красоте. Цель воспитания – личностное развитие каждого ребёнка с учётом его индивидуальности и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества.

Используемые формы воспитательной работы:

- ситуативная беседа, рассказ, советы, вопросы;
- социальное моделирование, воспитывающая (проблемная) ситуация, составление рассказов из личного опыта;
- чтение художественной литературы с последующим обсуждением и выводами, сочинение рассказов, историй, сказок, заучивание и чтение стихов наизусть;

- разучивание и исполнение песен, театрализация, драматизация, этюды-инсценировки;
- рассматривание и обсуждение картин и книжных иллюстраций, просмотр видеороликов, презентаций, мультфильмов;
- организация выставок (книг, репродукций картин, тематических или авторских, детских поделок и тому подобное),
- экскурсии (в музей, в общеобразовательную организацию и тому подобное), посещение спектаклей, выставок;
- игровые методы (игровая роль, игровая ситуация, игровое действие и другие);
- демонстрация собственной нравственной позиции педагогом, личный пример педагога, приучение к вежливому общению, поощрение (одобрение, тактильный контакт, похвала, поощряющий взгляд).

Методы: словесные (описание, объяснение, разбор, указание, рассказ), наглядные (показ упражнений, использование пособий), практические (соревновательный, игровой, помощь). Планируемый результат:

- любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом, проявляющий активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании;
- обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей российского общества;
- проявляющий интерес к окружающему миру и активность в поведении и деятельности.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направление воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	в рамках занятий	сентябрь-май
2	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	в рамках занятий	сентябрь-июнь
3	Участие в конкурсах, фестивалях, акциях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	в рамках занятий	октябрь-июнь
4	Беседа о празднике «Новый год»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	в рамках занятий	декабрь
5	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	в рамках занятий	февраль
6	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	в рамках занятий	март

7	Беседа о празднике «День защиты детей»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	в рамках занятий	июнь
8	Беседа о празднике «День русского языка»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	в рамках занятий	июнь
9	Беседа о празднике «День России»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	в рамках занятий	июнь
10	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	в рамках занятий	январь, июнь

Список литературы:

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 №599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 №597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27июля 2022 года 629 «Об утверждении Порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до2030 года».
7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022года №912/1«Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022-2024годы) в Калининградской области Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области».

Для педагога:

1. Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. Аэробика. Теория и методика. Тм I. М. 2002 г.
2. Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. Аэробика. Частные методики. Том II. М. 2002 г.
3. Машукова Ю.М. Степ-гимнастика в детском саду /научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 4. 2009 г.

4. Степ-аэробика / журнал «Здоровье – спорт» №2. 2010 г.
5. Чудо-платформа / журнал «Обруч» № 6. 2008 г.
6. Кузина И. Степ – аэробика не просто мода // Обруч. – 2005. - № 1. – С. 40
7. Погонцева Л. Скамейка – степ // Обруч. – 2003. - № 2. – С.33
8. Ирина Кузина «Степ – аэробика для дошкольников». Дошкольная педагогика 2012 г.

Интернет-ресурсы:

<https://www.prolo.ru/blog/article/step-aerobika-v-detskom-sadu/>

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2022/02/16/step-aerobika-dlya-doshkolnikov-0>

<https://infourok.ru/step-aerobika-v-detskom-sadu-6170420.html>