****

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....................................................................................3

1.1. Целевое назначение программы.......................................................................3

1.2. Задачи образовательной деятельности............................................................4

1.3. Календарно-тематический план.......................................................................4

1.4. Результаты образовательного процесса..........................................................4

1.5.Педагогические технологии, обеспечивающие реализацию

образовательного процесса..............................................................................4

1.6. Обеспечение программы...................................................................................4

2. Воспитательная деятельность……………………………………………..5

3. Диагностика…………………………………………………………………18

4. Список литературы............................................................................................19

**1.Пояснительная записка**.

Сегодня скакалка и само прыгание на скакалке ("скиппинг") очень популярны.

Скакалка - это веревка определенной длины с ручками или без них. Говоря, о пользе прыжков на скакалке можно сказать о том, что они очень ценны для укрепления здоровья особенно детей дошкольного возраста. Прыжки через скакалку являются прекрасным средством тренировки сердечно – сосудистой и дыхательной системы, а также способствуют развитию выносливости детей. Во время выполнения прыжков совершенствуются координационные способности, так как прыжки со скакалкой требуют точного согласования движений рук и ног, величины подпрыгивания, его темпа с направлением и скоростью крутящейся скакалки.

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие детей любого общества.

В связи с этим чрезвычайно важно создавать оздоровительные программы для дошкольных учреждений, поскольку в этот период у ребѐнка заключаются основные навыки по формированию здоровья.

Прыжки на скакалках является любимым

занятием для детей, но овладение прыжками на скакалке даѐтся очень сложно детям.

Необходимо больше времени для того, что бы научить ребѐнка прыгать. Овладение этими двигательными умениями должны проходить в игровой форме.

Вышеизложенные соображения определяют актуальность темы и обосновывают необходимость разработки программ формирования здоровья детей. По направлению деятельности, программа классифицируется как оздоровительная.

**1.1. Целевое назначение программы:**

-Формирование двигательной сферы;

-Внедрение в двигательный процесс нестандартного физкультурного оборудования (скакалки, резинки);

-Создание психолого-педагогических условий развития здоровья детей;

-Готовность использования достижений физической культуры для сохранения здоровья.

Обучить детей разным видам прыжков через длинную и короткую скакалку (на двух ногах, с ноги на ногу, вперед и назад, в паре с педагогом, вбегая под вращающуюся скакалку и выбегая из-под нее.и т.д.)

Программа рассчитана для детей подготовительной группы, проводится во второй половине дня по вторникам. Длительность занятия 25-30 минут. Количество детей в группе не более 8-10 человек.

**1.2. Задачи образовательной деятельности.**

Программа направлена на решение следующих задач:

-укрепление здоровья детей;

-воспитание потребности в здоровом образе жизни;

-развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической

подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребѐнка;

-создание условий для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни;

-выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы.

- Научить детей правильно подбирать скакалку.

-Научить детей правильному захвату и вращению скакалки за ручки.

-Научить детей технике прыжков через короткую и длинную скакалку.

**1.3. Календарно-тематический план:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Месяц.** | **Тематика.** |
| **1** | Сентябрь. | 1.Знакомство с правилами личной гигиены и профилактикой травматизма.( 1 нед.)2.Связывать и развязывать скакалку. Раскачивать скакалку. (1-2 нед.)3.Перешагивать через скакалку, перепрыгивать через скакалку на двух ногах вперѐд и назад, скакалка на полу. (3-4 нед.) |
| **2** | Октябрь. | 1.Вращать скакалку вокруг туловища вправо и влево. ( 1-2 нед.)2.Перебрасывать скакалку вперѐд и назад от пяток к носкам. (3-4 нед.) |
| **3** | Ноябрь. | 1.Ритмические упражнения со скакалкой ( 1-2 нед.)2. Перебрасывать скакалку вперѐд и назад от пяток к носкам, перепрыгивая еѐ на двух ногах. (3-4нед.) |
| **4** | Декабрь. | 1.Прыгать через скакалку на двух ногах, вращая еѐ назад, несколько раз подряд. (1-2 нед.)2.Прыгать через скакалку на двух ногах, вращая еѐвперѐд, несколько раз подряд. ( 3-4 нед) |
| **5** | Январь. | Прыжки на правой и левой ноге  |
| **6** | Февраль | 1.Прыгать через длинную скакалку двумя ногами на месте.(1-2 нед)Прыжки на скакалке с продвижением вперед.(3\_4 нед) |
| **7** | Март | 1. Перепрыгивать через длинную скакалку подскоком.2. Прыгать через длинную скакалку двумя ногами на месте с поворотом по сигналу.3.Прыгать через длинную скакалку двумя ногами на месте с частыми поворотам по желанию. |
| **8** | Апрель | 1.Прыгать через длинную скакалку двумя ногами парами. (1-2 нед)2. Впрыгивать и выпрыгивать через вращающую длинную скакалку (3-4 нед). |
| **9** | Май | Закрепление различных видов прыжков. |

**1.4. Результаты освоения программы:**

Дети научатся самостоятельно подбирать скакалку, правильному захвату и вращению скакалки за ручки, научатся разнообразным видам и технике прыжка через короткую и длинную скакалку разными способами: на двух ногах, с ноги на ногу, вперед и назад с междускоком под музыкальное сопровождение, вбегая под вращающуюся скакалку и выбегая из-под нее, в паре с педагогом.

**Воспитанники должны знать:**

-правила личной гигиены, профилактики травматизма;

-способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;

-правила пользования инвентарѐм.

**Уметь:**

-соблюдать правила безопасности;

-технически правильно осуществлять двигательные действия конкретного вида

спортивной деятельности;

-управлять своими эмоциями, владеть культурой общения;

-выполнять контрольные упражнения

на конец учебного года (май)

**1.5. Педагогические технологии, обеспечивающие реализацию образовательного процесса:**

Педагогические принципы: доступность, последовательность, систематичность, индивидуальность.

**Методы и формы:**

-словесные;

-наглядные;

-выполнение;

-индивидуальный подход.

Педагогические технологии:

-технология индивидуального обучения предполагает индивидуальный подход и индивидуальную форму обучения;

**Групповые технологии :**

–предполагает общение воспитанников;

-игровые технологии

–предполагает средства, направленные на развитие интереса занятиями спортивной деятельности.

Обеспечение программы:

Материально –техническое: спортивное оборудование

(скакалки по количеству детей, длинная скакалка)

***1.6. Учебно-дидактическое и материально-техническое обеспечение КОП.***

1. Презентация «Кто может прыгать на скакалке»
2. Диск с ритмичной музыкой для прыжков на скакалке.
3. Спортивный инвентарь (короткие скакалки разной длины, длинная скакалка 3-4 метра).
4. Художественное слово: стихи, загадки про скакалку.

Комплексы дыхательных упражнений

**2. «Воспитательная деятельность»**

1. **Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания**

В соответствии с законодательством Российской Федерации общей **целью воспитания** является, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению; взаимного уважения; бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012№273-ФЗ «Обобразовании в Российской Федерации», ст.2,п.2).

**Задачами воспитания по программе являются:**

1. **Усвоение детьми знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество:**
	* Знание истории культуры России, сохранения памяти предков;
	* традиционных духовно-нравственных и семейных ценностей народов России;
	* сознания ценности жизни, здоровья и безопасности, значения личных усилий в сохранении и укреплении здоровья, соблюдения правил личной и общественной безопасности, в том числе в информационной среде;
	* навыков наблюдений, накопления и систематизации фактов, осмысления опыта в разных областях познания, в исследовательской деятельности;
2. **Формирование и развитие личностного отношения детей к этим нормам, ценностям, традициям:**
	* *российской гражданской принадлежности (идентичности), сознания единства с народом России и Российским* государством в его тысячелетней истории и в современности, в настоящем, прошлом и будущем;
	* готовности к защите Отечества, способности отстаивать суверенитет и достоинство народа России и Российского государства, сохранять и защищать историческую правду;
	* уважения прав, свобод и обязанностей гражданина России, неприятия любой дискриминации людей по социальным, национальным, расовым, религиозным признакам, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности;
	* этнической, национальной принадлежности, знания и уважения истории и культуры своего народа;
	* принадлежности к многонациональному народу Российской Федерации, Российскому Отечеству, российской культурной идентичности;
	* деятельного ценностного отношения к историческому и культурному наследию народов России, российского общества, к языкам, литературе, традициям, праздникам, памятникам, святыням, религиям народов России, к российским соотечественникам, защите их прав на сохранение российской культурной идентичности;
	* уважения к жизни, достоинству, свободе мировоззренческого выбора каждого человека, к национальному достоинству и религиозным чувствам представителей всех народов России и традиционных российских религий, уважения к старшим, к людям труда;
	* установки на солидарность и взаимопомощь людей в российском обществе, поддержку нуждающихся в помощи;
	* ориентации на создание устойчивой семьи на основе традиционных семейных ценностей народов России, понимания брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей, неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности;
	* уважения к художественной культуре народов России, мировому искусству, культурному наследию;
	* восприимчивости к разным видам искусства, ориентации на творческое самовыражение, реализацию своих творческих способностей в искусстве, на эстетическое обустройство своего быта в семье, общественном пространстве;
	* установки на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность), на физическое совершенствование с учётом своих возможностей и здоровья;
	* установки на соблюдение и пропаганду здорового образа жизни, сознательное неприятие вредных привычек (курение, зависимости от алкоголя, наркотиков и др.), понимание их вреда;….
3. **Приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний:**
	* опыта гражданского участия на основе уважения российского закона и правопорядка;
	* навыков рефлексии своего физического и психологического состояния, понимания состояния других людей с точки зрения безопасности, сознательного управления своим состоянием, оказания помощи, адаптации к стрессовым ситуациям, природным и социальным условиям;
	* опыта социально значимой деятельности в физкультурно-спортивных объединениях, акциях, программах; опыта обучения такой деятельности других людей.

**Целевые ориентиры воспитания детей по программе (ожидаемые результаты):**

**для программ физкультурно-спортивной направленности:**

* понимание ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни;
* формирование навыков безопасного поведения;
* формирование культуры самоконтроля своего физического состояния;
* формирование стремления к соблюдению норм спортивной этики;
* воспитание уважения к старшим, наставникам;
* формирование дисциплинированности, трудолюбия, воли, ответственности;
* осознание ценности физической культуры, эстетики спорта;
* развитие интереса к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений;
* формирование стремления к командному взаимодействию, к общей победе и др.
1. **Формы и методы воспитания**

Усвоение знаний о нормах, духовно-нравственных ценностях, традициях обеспечивается информированием детей и организацией общения между ними. Формирование и развитие личностных отношений к нравственным нормам реализуется через вовлечение детей в различную деятельность, организацию их активностей. Опыт нравственного поведения, практика реализации нравственных позиций, обеспечивают формирование способности к нравственному отношению к собственному поведению и действиям других людей.

Основной формой воспитательной деятельности в детском объединении является **учебное занятие.** В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программы обучающиеся: усваивают необходимую информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

Получение информации о физической культуре, личной гигиене, закаливании, о правилах , техники и тактики игры в футбол, подготовка, тренировки, соревнования, все этоявляется источником формирования у детей сферы интересов, этических установок, личностных позиций и норм поведения. Так же очень важно, привлекать детей к самостоятельному поиску, сбору, обработке, обмену необходимой информации.

**Практические занятия** детей тренировки, соревнования способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива.

В **коллективных творческих делах** проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи.

**Итоговые мероприятия: турниры, соревнования,** способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, ответственность, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу детей.

Приобретению социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применению полученных знаний на практике способствует привлечение обучающихся к участию в благотворительных и волонтёрских акциях, в экологической, патриотической, трудовой, профориентационной деятельности.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

1. **Условия воспитания, анализ результатов**

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского объединения на базе образовательного учреждения в соответствии с нормами и правилами работы учреждения и на других площадках, где проводятся различные мероприятия с участием детского объединения, с учетом правил и норм деятельности на этих площадках. Для достижения задач воспитания при реализации образовательной программы в учреждении создаются и поддерживаются все необходимые условия физической безопасности, комфорта, активностей детей и обстоятельств их общения, социализации, признания, самореализации, творчества.

Анализ результатов воспитания детей, результативности воспитательной деятельности в процессе реализации программы осуществляется следующими методами:

**педагогическое наблюдение** (оценивается поведение и личностное отношение детей к различным ситуациям и мероприятиям, общение и отношения детей друг с другом, в коллективе, отношения с педагогом и др.);

* **отзывы, интервью, материалы рефлексии** (опросы родителей, анкетирование родителей и детей, интервью с родителями, беседы с детьми, самообследования, отзывы других участников мероприятий и др.) (которые предоставляют возможность косвенной оценки достижения целевых ориентиров воспитания по программе в процессе и по итогам реализации программы, оценки личностных результатов участия детей в разнообразной деятельности по программе).

Анализ результатов воспитательной деятельности направлен на получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определенных в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся и конкретного ребенка. Результаты, полученные в процессе оценки достижения целевых ориентиров воспитания используется для планирования дальнейшей работы педагога и используются только в виде обобщенных и анонимных данных.

Оценка результатов воспитательной деятельности осуществляется с помощью оценочных средств с определенными показателями и тремя уровнями выраженности оцениваемых качеств: высокий, средний и низкий уровень.

**Оценочные средства**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Показатели** | **Критерии** | **Степень выраженности оцениваемого качества** | **Методы диагностики** |
| **Воспитательный компонент** |
| 1.Усвоение детьми знанийнорм,духовно- нравственных ценностей, традиций,которыевыработало российское общество: | Соответствие принятымвобществеправилам, традициям. | **Высокий уровень:*** обучающийся знает и понимает правила поведения в обществе, основанные на духовно-нравственных ценностях и традициях российского общества, народностей РФ,
* имеет соответствующие возрасту знания об историческом и культурном наследии народов России, традициях, праздниках, памятниках, святынях, религиях народов России,
* имеет представление о ценности жизни, здоровья, о необходимости соблюдения правил личной и общественной безопасности.

**Средний уровень:*** обучающийся знает, но не всегда понимает и следует правилам поведения в обществе, основанным на духовно-нравственных ценностях и традициях российского общества, народностей РФ,
* имеет не достаточные для данного возраста знания об историческом и культурном наследии народов России, традициях, праздниках, памятниках, святынях, религиях народов России,
* не в полной мере понимает ценность жизни, здоровья, необходимости соблюдения правил личной и общественной безопасности.

**Низкий уровень:*** - обучающийся плохо знает и не понимает правила поведения в обществе, основанные на духовно-нравственных ценностях и традициях российского общества, народностей РФ,
* - очень мало знает об историческом и культурном наследии народов России, традициях, праздниках, памятниках, святынях, религиях народов России,
* не осознает значимость ценности жизни, здоровья, необходимости соблюдения правил личной и общественной безопасности.
 | Педагогическое наблюдение,беседы сдетьми, анкетирование,самообследование |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 2.Формирование иразвитиеличностногоОтношениядетейк этимнормам, ценностям, традициям: | Соответствие принятымвобществеправилам, традициям. | **Высокий уровень:*** обучающийся осознает себя гражданином РФ, отождествляет себя в соответствии со своей национальностью и местом проживания, разделяет духовно- нравственные ценности, традиции, которые выработало российское общество,
* уважает права, свободы и обязанности гражданина РФ, отрицательно относится к любой дискриминации людей по социальным, национальным, расовым и религиозным признакам, терроризму и т.д,
* гордится историческим и культурным наследием народов России и российского общества,
* уважительно относится к памяти предков, традициям, праздникам, памятникам, святыням и религиям народов России,
* уважительно относится к жизни, достоинству, религиозным чувствам представителей всех народов России,
* уважительно относится к родителям, педагогам, старшим, к людям труда и защитникам Отечества,
* испытывает готовность к оказанию помощи и поддержке нуждающихся в помощи,
* уважительно относится к художественной культуре народов России, мировому искусству, культурному наследию,
* ориентирован на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность), на физическое совершенствование с учётом своих возможностей и здоровья,
* ориентирован на соблюдение и пропаганду здорового образа жизни, сознательное неприятие вредных привычек (курение, зависимости от алкоголя, наркотиков и др.), понимание их вреда,

**Средний уровень:*** обучающийся понимает, что он гражданин РФ, но не совсем отождествляет себя в соответствии со своей национальностью и местом проживания, разделяет не все духовно-нравственные ценности, традиции, которые выработало российское общество,
* не всегда соблюдает права, свободы и обязанности гражданина РФ, понимает опасность дискриминации людей по социальным, национальным, расовым и религиозным признакам, терроризму и т.д, но не всегда следует этим правилам,
* понимает значение исторического и культурного наследия народов России и российского общества для страны и мира.
* понимает значение уважительного отношения к памяти предков, традициям, праздникам, памятникам, святыням и религиям народов России,
* понимает значение уважительного отношения к жизни, достоинству, религиозным чувствам представителей всех народов России,
* не всегда уважительно относится к родителям, педагогам, старшим, к людям труда и защитникам Отечества,
* испытывает готовность к оказанию помощи и поддержке знакомых и близких ему людей,
* понимает значение здорового образа жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность), физического совершенствования с учётом своих возможностей и здоровья,
* понимает необходимость пропаганды здорового образа жизни, вреда для здоровья вредных привычек (курение, зависимости от алкоголя, наркотиков и др.),
 | Педагогическое наблюдение,практическая деятельность,участие в различных мероприятиях,проектно-исследовательская деятельность |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Низкий уровень:*** обучающийся не понимает понятия «Гражданин РФ» и связанных с этим понятием духовно-нравственных ценностей, традициии», которые выработало российское общество,
* не знает и не соблюдает права, свободы и обязанности гражданина РФ, не понимает отрицательного влияния на общество дискриминации людей по социальным, национальным, расовым и религиозным признакам, терроризму и т.д,
* не понимает значение исторического и культурного наследия народов Россиии российского общества,
* не понимает важность уважительного отношения к памяти предков,

традициям, праздникам, памятникам, святыням и религиям народов России,* не понимает важность уважительного отношения к жизни, достоинству, религиозным чувствам представителей всех народов России,
* не всегда уважительно относится к родителям, педагогам, старшим, к людям труда и защитникам Отечества,
* не всегда проявляет готовность к оказанию помощи и поддержке нуждающихся в помощи,
* не понимает значения художественной культуры народов России для мирового искусства, культурного наследия,
* не ориентирован на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность), на физическое совершенствование с учётом своих возможностей и здоровья,
* не ориентирован на пропаганду здорового образа жизни, сознательное неприятие вредных привычек (курение, зависимости от алкоголя, наркотиков и др.),
 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 3.Приобретение соответствующегоэтимнормам, ценностям, традициямсоциокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальныхотношений, применения полученных знаний: | Соответствие принятым в обществеправилам, традициям. | **Высокий уровень:*** участвует в различных социально-значимых акциях и мероприятиях на уровне поселка, района, учреждения, детского объединения,
* умеет сознательно управлять своим состоянием, легко адаптируется в стрессовой ситуации и детско-взрослом коллективе,

участвует в социально значимой деятельности: в волонтёрском движении, физкультурно – спортивных объединениях, объединениях, акциях, программах; **Средний уровень:*** периодически участвует в различных социально-значимых акциях и мероприятиях на уровне учреждения, детского объединения,
* довольно быстро адаптируется в различных ситуациях и детско-взрослом коллективе,
* периодически участвует в проектно-исследовательской и научной деятельности,
* периодически участвует в социально значимой деятельности: волонтёрском движении, физкультурно – спортивных объединениях, объединениях, акциях, программах;
* **Низкий уровень:**
* очень редко участвует в различных социально-значимых акциях и мероприятиях на уровне учреждения, детского объединения,
* очень трудно адаптируется в различных ситуациях и детско-взрослом коллективе,
* периодически участвует в социально значимой деятельности: волонтёрском движении, физкультурно – спортивных объединениях, объединениях, акциях, программах.
 | Педагогическое наблюдение,практическаядеятельность, оценка творчески и исследовательскихработ и проектов, отзывы,интервью, материалырефлексии и т.д |

**Диагностическая карта**

*\*(только для внутреннего пользования педагога с целью формирования агрегированных усредненных и анонимных*

*данных)*

|  |  |
| --- | --- |
| ФИО | Показатели |
| Усвоение детьми **знаний** норм, духовно-нравственных ценностей, традиций | Формирование и развитие **личностного отношения** детей к этим нормам, ценностям, традициям | Приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного **опыта поведения,** общения,Межличностных и социальных отношений, **применения**Полученных знаний | **ИТОГО** |
| Начало года | Окончание года | Начало года | Окончание года | Начало года | Окончание года |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**Итоговый протокол**

**О воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определенных в программе целевых ориентиров воспитания**

|  |  |
| --- | --- |
| Степень выраженности оцениваемого качества | Показатели |
| Усвоение детьми **знаний** норм, духовно-нравственных ценностей, традиций% | Формирование и развитие **личностного отношения** детей к этим нормам, ценностям, традициям% | Приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного **опыта поведения,** общения,Межличностных и социальных отношений, **применения**Полученных знаний% | **ИТОГО****%** |
|  | Начало года | Окончание года | Начало года | Окончание года | Начало года | Окончание года |  |
| Высокий уровень |  |  |  |  |  |  |  |
| Средний уровень |  |  |  |  |  |  |  |
| Низкий уровень |  |  |  |  |  |  |  |

**Календарный план воспитательнойработы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название события, мероприятия** | **Сроки**(месяц) | **Форма проведения** (праздник, экскурсия, концерт, соревнование, итоговый концерт, отчетный концерт,тематический вечер, мастер-класс, праздник на уровне города, фестиваль,экоквест, игровое занятие и др.) | **Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели****события/мероприятия** |
| 1 |  «Самый ловкий, быстрый, выносливый» | октябрь | Спортивное соревнование | Фото и видеоматериалы, информация на сайтеучреждения |
| 2 |  Веселые соревнования | декабрь | Спортивное соревнование | Фото и видеоматериалы, информация на сайтеучреждения |
| 4 | Спартакиада  | март | Спортивное соревнование | Фото и видеоматериалы, информация на сайтеучреждения |

***3.Диагностика***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Фамилия имя** | **Начало года** | **Конец года** |
|  |  | *1 фаза* | *2 фаза* | *3 фаза* | *1фаза* | *2фаза* | *3 фаза* |

1.  Диагностика уровня освоения детьми прыжков через скакалку

Критерии оценки прыжков:

0 – не выполняется

1 – выполняется частично первая фаза

2 – выполняется частично 2 фазы

3 – полное выполнение элементов техники

Элементы фазы

* вращения скакалки движением рук, полусогнутых в локтях
* плечо остаётся почти в неподвижном состоянии
* небольшое сгибание ног в коленных суставах
* выпрямлением ног обеспечивается незначительное отталкивание. Скакалка в это время проходит внизу под ногами
* приземление происходит на носки и слегка согнутые в коленях ноги
* корпус при прыжках через скакалку сохраняет прямое положение

**Первая фаза** начинается с вращения скакалки движением рук, полусогнутых в локтях. Плечо при этом остаётся почти в неподвижном состоянии. Вращательное движение совершают кисти. Несколько позже производится небольшое сгибание ног в коленных суставах.

**Вторая фаза**   выпрямлением ног обеспечивается незначительное отталкивание, достаточное для подпрыгивания вверх на 5-10 см. Скакалка в это время проходит внизу под ногами ребёнка.

**Третья фаза**   приземление происходит на носки и слегка согнутые в коленях ноги. Корпус при прыжках через скакалку сохраняет прямое положение. Этот цикл повторяется неоднократно.

**4. Список литературы**

1. .«Быть здоровыми хотим» Оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада. –М.: ТЦ Сфера, 2018. –384 с.

2. Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г., Сергеенко Н.Н. Занятия по физической культуре с детьми 3-7 лет: Планирование и конспекты.-М.:ТЦ Сфера, 2009.-208с.17.

3.Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие. –М.: АРКТИ, 2005. –108 с. ( Развитие и воспитание)

4. ПензулаеваЛ.И.Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе.-

М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2012.-112с.16.

5. Развивающая педагогика оздоровления» Программно-методическое

пособие. –М.: ЛИНКА ПРЕСС, 2000. –296 с.

6.« С физкультурой жить –здоровым быть» Методическое пособие. –М.: ТЦ Сфера, 2017. –240с.

7.«Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников/ Н,Ф,Дик, Е.В.Жердева. –Ростов н/ Д: Феникс, 2005. –256с.

8.Школа здорового человека. Программа для ДОУ. –М.: ТЦ Сфера, 2010. –112с.

9.Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. –М.: ТЦ Сфера, 2008. –64 с.