

**СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ ЧАСТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ «ТАТНЕФТЬ-ШКОЛА» - ДЕТСКИЙ САД «КАРАКУЗ»**

Принята
на педагогическом совете
протокол №1
от «28» августа 2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ЧОУ «Татнефть-школа»

Е.Л.Макарова
Введено в действие приказом
№152/ОД от «29» августа 2025г.

**Дополнительная образовательная программа
физкультурно-спортивной направленности
«3D-физкультура или Школа диалога с препятствием»**

Возраст обучающихся: от 3 до 7 лет
Срок реализации – 1 год

Авторы-составители: Фанакова Р.Р.,
педагог дополнительного образования

г. Альметьевск, 2025

1. Пояснительная записка

Данная дополнительная общеобразовательная программа направлена не просто на физическую активность и развитие физических качеств, но необходимость находить, налаживать связь между детьми, детьми и взрослыми, предметами и явлениями; проявлять внутренние ценности ребенка для него самого, и для окружающих. Так же направлена на формирование здоровой и гармонично развитой личности через организацию игровой среды в сложноорганизованном пространстве 3D-комплекса.

Актуальность программы: в современном обществе физкультура – не просто физическая нагрузка, совершенствование физических способностей. Образование человека должно проходить одновременно в двигательном, эмоциональном и интеллектуальном направлении, и все эти три — компонента-это средства для решения жизненных задач. Основной момент в том, что через физкультуру возможно осознание себя и мира. Этому она и должна быть посвящена, превращаться в один из способов движения на развитие сотрудничества со всеми явлениями, которые вокруг нас есть. Данная программа характеризует не просто физическую активность и развитие физических качеств, но необходимость находить, налаживать связь между детьми, детьми и взрослыми, предметами и явлениями; проявлять внутренние ценности ребенка для него самого, и для окружающих.

Новизна программы: Основное направление программы - постановка перед ребенком двигательных задач в пространстве 3D- комплекса совместно с развитием интеллектуально-образных и эмоционально-логических способностей, создание ситуаций в условиях риска с минимальным участием взрослого с поэтапным освоением пространства. 3D-комплекс-это физически воспитывающее пространство, которое способно работать без педагога или с небольшим его участием. Занятия на 3D-комплексе проходят в пространстве, провоцирующем движение, побуждающем получать физическую нагрузку играя; в то же время легко изменяемом и приспособляемом для различных заданий. В пространстве 3D-комплекса у ребенка есть возможность самому вырабатывать универсальные умения, выбирать задания по своим силам, оправданно рисковать, расширить свои внутренние рамки.

Направленность программы: по функциональному предназначению является общей; по форме организации – групповой; по времени реализации — на 1 год.

Цель программы: формирование здоровой и гармонично развитой личности через организацию игровой среды в сложноорганизованном пространстве 3D-комплекса.

Задачи:

1. Создание условия для организации двигательной активности в физически воспитывающем пространстве.
2. Содействие формированию «телесного самообразования» ребенка через реализацию поставленных двигательных задач и достижения цели.
3. Развитие и совершенствование двигательных умений и навыков с предметами и без.
4. Формировать готовность к оправданному риску, преодоление стрессовых ситуаций,
5. Создание условия для развития координационных способностей и двигательной ориентации, использование двигательных умений и навыков за пределами 3D-комплекса.
6. Развитие мышления, внимания, памяти, логики, воображения.
7. Содействие самостоятельной организации двигательной активности, постановке задач и их реализации.
8. Формировать умение работать в команде, поддерживать друг друга в парах и малых группах.
9. Формированию коммуникативных качеств при взаимодействии с детьми и взрослыми, умения просить о помощи.
10. Создание условий для сохранения жизни и здоровья детей; обеспечение комплексной безопасности.

Уровень сложности содержания программы: стартовый.

Направленность программы: постановка перед ребенком двигательных задач в пространстве 3D- комплекса совместно с развитием интеллектуально-образных и эмоционально-логических способностей, создание ситуаций в условиях риска с минимальным участием взрослого с поэтапным освоением пространства.

Категория обучающихся: дети от 3 до 7 лет.

Объем программы: общий, срок освоения программы – 1 год.

Форма обучения: очная.

Условия реализации программы. Условием качественной реализации программы является ее непрерывное сопровождение педагогическим работником в течении всего времени ее реализации. В разработке и реализации данной программы участвует инструктор по физической культуре.

Ожидаемые результаты работы: Дети в процессе освоения 3D-комплекса в группе со сверстниками приобретают компетентность и самоуважение, им нравится ставить и решать поставленные задачи и переходить к более сложным. Избегая соперничества и сравнения, дети работают в команде, общаются, делятся информацией, самостоятельно разрешают конфликты и соблюдают очередность.

Дети учатся осуществлять осознанный и ответственный выбор, решать проблемы, планировать дальнейшую двигательную деятельность и достигать цели, взаимодействуя с другими людьми. У детей развивается чувство собственной значимости, они становятся самостоятельными и инициативными.

Целевые ориентиры, которыми овладевает ребенок по завершении программы: двигательная активность — ходит, бегает, лазает, ползает в разных направлениях, висит, прыгивает с разной высоты, стремится самостоятельно осваивать различные виды движений, включая интеллектуально-образные и эмоционально-логические способности;

- доверительное отношение ребенка к педагогу и сверстникам;
- проявление интереса к совместной двигательной деятельности, доброжелательное отношение детей друг к другу;
- соблюдение общепринятых правил;
- стабильное, положительное эмоциональное состояние и интерес к различным видам двигательной активности в пространстве 3D-комплекса;
- активное познание нового двигательного пространства с возможностью его регулярно видоизменять, исследование его свойств и функций, апробация способов действий, экспериментирование;
- работа в команде единомышленников, сотрудничающих друг с другом относительно общих целей и задач, самостоятельное разрешение конфликтов без помощи взрослого.

Формы представления результатов образовательной деятельности с детьми

Итоги реализации данной программы проводятся в форме видеоролика заключительного занятия, где родителями анализируются действия и проявления детей, активность, соблюдение правил. Так же возможны посещения занятий родителями по договоренности, индивидуальные беседы о достижениях ребенка с родителями, а также фотоотчеты и видеорепортажи для родителей. Педагогом анализируются полученные результаты педагогических действий для дальнейшего планирования деятельности. По результатам анализируется взаимосвязь индивидуализации развития детей с характером педагогических действий и качеством условий организации образовательного процесса, принимаются решения по дальнейшему совершенствованию образовательного процесса - ставятся цели и задачи.

2. Содержание образовательной программы

2.1. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество занятий в год	Формы аттестации
1	«Строим норку для зимовки»	1	Открытое занятие в конце учебного года
2	«Строим норку для зимовки»	1	
3	«Строим норку для зимовки»	1	
4	«Строим норку для зимовки»	1	
5	«Цветные карандаши», «Леший»	1	
6	«Цветные карандаши», «Леший»	1	
7	«Цветные карандаши», «Леший»	1	
8	«Цветные карандаши», «Леший»	1	
9	«Цветные карандаши», «Леший»	1	
10	Свободное лазание в задачном режиме	1	
11	Свободное лазание в задачном режиме	1	
12	Свободное лазание в задачном режиме	1	
13	Свободное лазание в задачном режиме	1	
14	«Игра задания»	1	
15	«Игра задания»	1	
16	«Игра задания»	1	
17	«Игра задания»	1	
18	«Полоса препятствий» «Минеры»	1	
19	«Полоса препятствий» «Минеры»	1	
20	«Полоса препятствий» «Минеры»	1	
21	«Задания»	1	
22	«Задания»	1	

23	«Задания»	1	
24	«Задания»	1	
25	«Наводнение» «Акулы» «Бабья- Яга»	1	
26	«Наводнение» «Акулы» «Бабья- Яга»	1	
27	«Наводнение» «Акулы» «Бабья- Яга»	1	
28	«Наводнение» «Акулы» «Бабья- Яга»	1	
29	«Строители»	1	
30	«Строители»	1	
31	«Строители»	1	
32	«Строители»	1	
33	Свободное лазание в задачном режиме	1	
34	Свободное лазание в задачном режиме	1	
35	Свободное лазание в задачном режиме	1	
36	Свободное лазание в задачном режиме	1	
Итого		36	

2.2 Календарный учебный график

Месяц	Число	Время	Форма	Количество во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
проведения занятий							
Сентябрь	04.09. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 1	Спортивный зал 3д комплекс	Показатели качества образователь- ных условий,

	12.09. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	Группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 2	Спортивный зал 3д комплекс	сенсорные эталоны
	18.09. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 3	Спортивный зал 3д комплекс	
	26.09. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 4	Спортивный зал 3д комплекс	
Октябрь	03.10. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 5	Спортивный зал 3д комплекс	
	10.10. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 6	Спортивный зал 3д комплекс	
	17.10. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 7	Спортивный зал 3д комплекс	
	24.10. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 8	Спортивный зал 3д комплекс	
	31.10. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 9	Спортивный зал 3д комплекс	
Ноябрь	07.11. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 10	Спортивный зал 3д комплекс	
	14.11. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 11	Спортивный зал 3д комплекс	

	21.11. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 12	Спортивный зал 3д комплекс
	28.11. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 13	Спортивный зал 3д комплекс
Декаб рь	05.12. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 14	Спортивный зал 3д комплекс
	12.12. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 15	Спортивный зал 3д комплекс
	19.12. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 16	Спортивный зал 3д комплекс
	26.12. 25	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 17	Спортивный зал 3д комплекс
Январ ь	16.01. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 18	Спортивный зал 3д комплекс
	23.01. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 19	Спортивный зал 3д комплекс
	30.01. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 20	Спортивный зал 3д комплекс
Февра ль	06.02. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 21	Спортивный зал 3д комплекс

	13.06. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 22	Спортивный зал 3д комплекс	
	20.06. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 23	Спортивный зал 3д комплекс	
	27.06. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	Группова я	20 минут 30 минут	Занятие 24	Спортивный зал 3д комплекс	
Март	06.03. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 25	Спортивный зал 3д комплекс	
	13.03. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 26	Спортивный зал 3д комплекс	
	20.03. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 27	Спортивный зал 3д комплекс	
	27.03. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 28	Спортивный зал 3д комплекс	
Апрел ь	3.04.2 6	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 29	Спортивный зал 3д комплекс	
	10.04. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 30	Спортивный зал 3д комплекс	
	17.04. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 31	Спортивный зал 3д комплекс	

	24.04. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 32	Спортивный зал 3д комплекс	
Май	08.05. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 33	Спортивный зал 3д комплекс	
	15.05. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 34	Спортивный зал 3д комплекс	
	22.05. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 35	Спортивный зал 3д комплекс	
	29.05. 26	15.15- 15.35 15.45- 16.15	1 группа (3-4) 2 группа (5-7)	20 минут 30 минут	Занятие 36	Спортивный зал 3д комплекс	
Итого				36			

Организационно-педагогические условия реализации программы

3.1. Кадровые условия

Программу реализуют 1 педагог, обладающие необходимым уровнем образования и квалификации, в соответствии с требованиями законодательства.

№ п/п	ФИО	Должность
1.	Фанакова Риана Рустемовна	Педагог дополнительного образования

3.2. Материально-техническое обеспечение

Реализация Программы осуществляется в помещении, соответствующем санитарно-гигиеническим нормам.

Для успешной реализации данной Программы необходимо:

- Технические средства обучения:
 - Колонки.
 - Проектор.
- Учебно-наглядные пособия:
 - Набор аудио- и видеозаписей для просмотра и прослушивания различных

разбираемых тем.

- Детские игрушки.
- Иллюстрации к играм по различным темам.
- Картинки с эмоциями детей, животных;
 - Инвентарь и оборудование:
- Игрушки-инструменты со звуком неопределенной высоты: бубны,
- Игрушки-мягкие, пластиковые.
- Массажные коврики.
- Мячи, скакалки, обручи, ленты.
- Зд комплекс.
- Мягкие модули.
- Тоннели.
- Различные мягкие игрушки.
- Навесные лестницы, канаты.
- Коврики для фитнеса.
- Магниты разного размера.

3.3 Информационно-техническая база:

Реутский С.В. Физкультура про другое, зато для всех и обо всем, от простого к сложному, АНО «Агентство образовательного сотрудничества», СПб.-2006г.

3. Реутский С.В. Физкультурные комплексы дома и в детском саду, Сфера, СПб-2015г.

4. Реутский С.В., Плахотников С.В., Раух Р.Г., Парезев С.Н. Школа диалога с препятствием. Как в движении рождается личность. АО «Издательство «Высшая школа», Смоленск-2022г.

4.Оценка качества освоения программы:

Мониторинг проводится в начале учебного года с целью исследования состояния двигательной активности, внимания детей, умение ориентироваться в пространстве, общей и ручной моторики, координации, ориентира в пространстве. Результаты диагностики учитываются при составлении планов физкультурных занятий, индивидуальной работы с детьми. Повторное исследование проходит в конце учебного года, чтобы проследить динамику изменений детей в процессе физкультурных занятий.

Литература:

1. Ефименко Н.Н. ФГОС: физическое развитие ребенка в дошкольном детстве. Двигательно-игровая деятельность. Сценарии игр-занятий 6-7 лет. Дрофа, Москва - 2014г.,
2. Реутский С.В. Физкультура про другое, зато для всех и обо всем, от простого к сложному, АНО «Агентство образовательного сотрудничества», СПб.-2006г.
3. Реутский С.В. Физкультурные комплексы дома и в детском саду, Сфера, СПб-2015г.
4. Реутский С.В., Плахотников С.В., Раух Р.Г., Парежев С.Н. Школа диалога с препятствием. Как в движении рождается личность. АО «Издательство «Высшая школа», Смоленск-2022г.
- 5.Н.А.Модель.Играю.Двигаюсь. Учусь. «Издательство «ТЦ Сфера»-2022
- 6.М.Ф.Литвинова. Народные подвижные игры. Москва «Просвещение»-1986г.