

ЧАСТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ТАТНЕФТЬ-ШКОЛА» г. АЛЬМЕТЬЕВСКА

Рассмотрена и принята
на педагогическом совете
Протокол № ____
« ____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ЧОУ «Татнефть-школа»

Е.Л. Макарова
Приказ № ____
« ____ » _____ 20 ____ г.

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

Возрастная категория детей: от 2 до 7 лет

Срок реализации программы: 9 месяцев

Программу разработала и реализует:
Степанова Н.В., инструктор
по физической культуре
первой квалификационной категории

Альметьевск,

2025 год

Содержание:

Целевой раздел	
1. Пояснительная записка	3
1.1. Актуальность Программы	3
1.2. Направление Программы	3
1.3. Основные принципы Программы	4
1.4. Нормативно-правовая основа для разработки Программы	4
2. Основные характеристики образования	5
2.1. Цель и задачи Программы	5
3. Планируемые результаты обучения	5
3.1. Оценка индивидуального развития детей	5
3.2. Формы представления результатов образовательной деятельности с детьми	6
3.3. Характеристика особенностей развития детей	6
Содержательный раздел	
4. Учебный план	10
5. Календарный учебный график	11
Организационный раздел	
6. Организационно-педагогические условия реализации Программы	13
6.1. Содержание программы	14
6.2. Методические материалы	20
6.3. Перечень информационного и материально-технического обеспечения реализации программы	20
6.4. Формы и направления взаимодействия с семьями воспитанников	21
7. Литература	21
Приложение	

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. Пояснительная записка

1.1. 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.

1.2 Направление 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 «3 D-физкультура, или Школа диалога с препятствием»:

- по функциональному предназначению является общей;
- по форме организации – групповой;
- по времени реализации — долгосрочная, на 9 месяцев (сентябрь-май).

Функционирование группы осуществляется инструктором по физической культуре под контролем медицинских работников и психолого-педагогической службы ЧОУ «Татнефть-школа».

1.3 Основные принципы Программы

- принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей;
- принцип доступности;
- принцип сознательности и активности;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип постепенности;
- принцип природосообразности;
- принцип связи теории с практикой.

1.4. Нормативно-правовая основа для разработки Программы

- ✓ Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- ✓ Постановление Правительства Российской Федерации от 15.08.2013 г. № 706 "Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг";
- ✓ Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 25.10.2013 № 1185 «Об утверждении примерной формы договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным программам»;
- ✓ Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- ✓ Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013г. № 1014 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- ✓ Санитарно-эпидемиологические правила Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № СП 2.4.3648-20, 28, 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- ✓ Устав ЧОУ «Татнефть – школа»;
- ✓ Положение о порядке предоставления платных образовательных услуг в ЧОУ «Татнефть-школа»

2. Основные характеристики образования

2.1. Цель и задачи программы

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

Задачи программы:

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.

3. Планируемые результаты обучения

3.1 Оценка индивидуального развития детей

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, спрыгивает 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.

3.2. 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 так же 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.

3.3. Характеристика особенностей развития детей *Возрастные особенности детей 2-3 лет*

Третий год жизни – важный этап в развитии ребёнка. К характеристикам физического развития детей до 3-х лет относится укрепление мышечного аппарата. Дети раннего возраста все больше начинают выполнять сложных движений, которые требуют определенных силовых затрат, например, ходьба по ступенькам, залезание на лестницу и спуск с нее.

Возрастной период от 2 до 3-х лет характеризуется пиком двигательной активности ребенка. В развитии психических функций детей 2-3 лет доминирует восприятие. Дети этого возраста максимально связаны с наличной ситуацией, всё их поведение импульсивно. В этом возрасте малыш еще не может управлять собой по собственному желанию, его поведение носит большей частью произвольный характер. Он очень эмоционален, однако его эмоции непостоянны, его легко отвлечь, переключить с одного эмоционального состояния на другое. Мышление у детей - наглядно действенное. Дети этого возраста интеллектуально развиваются при условии наглядности предметной деятельности. Во взаимодействии с взрослыми дети усваивают способы действий с разнообразными предметами. У детей 2-3 лет развиты ощущения, восприятие, внимание, память, мышление (действенное, практическое), элементы воображения, которые развиты за счёт предметной деятельности.

Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы. Активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Интенсивно развивается двигательная активность, которая характеризуется недостаточно сформированным уровнем произвольности. Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений.

Возрастные особенности детей 3-4 лет

Младший возраст — важнейший период в развитии дошкольника. Именно в это время происходит переход малыша к новым отношениям со взрослыми, сверстниками, с предметным миром.

К концу младшего дошкольного возраста начинает активно проявляться потребность в познавательном общении со взрослыми, о чем свидетельствуют многочисленные вопросы, которые задают дети. Развитие самосознания и выделение образа «Я» стимулируют развитие личности и индивидуальности. Малыш начинает четко осознавать, кто он и какой он. Внутренний мир ребенка начинает наполняться противоречиями: он стремится к самостоятельности и в то же время не может справиться с задачей без помощи взрослого. В эмоциональном плане характерны резкие перепады настроения. Эмоциональное состояние продолжает зависеть от

физического комфорта. На настроение начинают влиять взаимоотношения со сверстниками и взрослыми. Поэтому характеристики, которые ребенок дает другим людям, очень субъективны. Тем не менее, эмоционально здоровому дошкольнику присущ оптимизм.

В 3-4 года дети начинают усваивать правила взаимоотношений в группе сверстников, а затем косвенно контролироваться взрослыми.

Ребенок трех-четырех лет уверенно ходит, координирует движения рук и ног при ходьбе, воспроизводит разнообразные другие движения. Ребенок владеет разнообразными действиями с предметами, хорошо ориентируется в различении таких форм, как круг, квадрат, треугольник, объединяет предметы по признаку формы, сравнивает их по размеру (по длине, ширине, высоте). Он активно стремится к самостоятельности. Дети 3-4 лет ползают на низких и высоких четвереньках; ходят на носочках и пятках, могут делать большие и маленькие шаги; ходят и бегают, но непродолжительное время; прыгают на месте, совершают прыжки вперед или назад; могут бросить и поймать мяч; любят общую физическую активность; могут контролировать свое тело, удерживать равновесие.

Возрастные особенности детей 4-5 лет

Физическое развитие важно не только с точки зрения укрепления мышц – активность влияет на качество психического развития, формирование личности. Физические упражнения оказывают многогранное физиологическое воздействие на организм. При сокращении мышц активизируются процессы обмена веществ, кровообращения, перестраивается работа всех внутренних органов и систем. Занятия физкультурой также помогают малышу поддерживать нормальный вес. Очень важны физические упражнения и для полноценной работы головного мозга: улучшается его кровоснабжение, повышается общий тонус коры, благодаря чему усиливается деятельность всех анализаторов. При активной мышечной работе перевозбуждение систем мозга уменьшается или полностью снимается. Кроме того, улучшаются основные свойства нервной системы. Происходит развитие всех видов моторики и зрительно-двигательной координации, а именно:

- анализ движения по качеству его выполнения (мышление);
- развитие речевых умений и навыков, связанных с движениями
- координации движений (восприятие направления и скорости движения, времени и пространства);
- способности запоминать последовательность движений и двигательных операций (память: запоминание и воспроизведение);
- внимания к своим движениям и действиям других;
- умения выполнять движения по словесной инструкции (воображение);
- инициативности в движениях.

В 4 года ребенок хорошо бегает, но все еще имеет проблемы с координацией движений, выполняет некоторые простые гимнастические упражнения: мостик, стойка на одной ноге, преодоление препятствий, и т.п., может

пробежать до 150 метров; прыгает вперед и назад, может сделать 5-6 прыжков вперед подряд; умеет лазить по шведской стенке, делает кувырок вперед.

Возрастные особенности детей 5-7 лет

Старший дошкольный возраст-это период, которому сопутствует количественный и качественный процесс изменения функций различных систем, обогащает и упорядочивает чувственный опыт ребенка, формирует произвольную память, внимание и воображение. Дети овладевают формами восприятия и мышления, где закладываются основы самосознания, развития, овладения конкретными двигательными навыками.

Именно в этот возрастной период происходит дальнейшее физическое развитие и совершенствование интеллектуальных возможностей ребенка. В этот период интенсивно развиваются все органы, ткани и функциональные системы организма. Важное значение имеют показатели физического развития и функциональные изменения внутренних систем организма. Внешне это проявляется в непрерывном изменении размеров и пропорций тела, в появлении новых навыков, разнообразии реакций на воздействие со стороны. В этом возрасте размеры тела увеличиваются относительно равномерно. Годичный прирост тела составляет 5–6 см, массы — около 2 кг. К концу этого периода темпы роста увеличиваются. Прирост массы тела отстает от скорости увеличения длины тела. Опорно-двигательный аппарат у детей дошкольного возраста в связи с развитием и совершенствованием двигательной функции формируется достаточно интенсивно. Легкая растяжимость мышечно-связочного аппарата обеспечивает хорошо выраженную гибкость, но не может создать прочного «мышечного корсета» для сохранения нормального расположения костей. Мышцы конечностей относительно слабее, чем мышцы туловища. Брюшной пресс развит слабо и поэтому не в состоянии выдерживать большие физические нагрузки. У дошкольников сила мышц туловища больше, чем сила мышц конечностей. За период от 4 до 7 лет сила различных мышц увеличивается в 2 раза. Частота дыхания в силу высокой возбудимости детей чрезвычайно легко нарастает, часто оказывается неритмичной, появляются задержки дыхания при умственных и физических нагрузках, эмоциональных вспышках, других воздействиях. Скоростно-силовые возможности развиваются постепенно путем выполнения простых двигательных действий, обычно в игре. При воспитании силы и силовой выносливости необходимо обращать внимание на мышцы живота, спины, ног, рук, стоп. Силовые нагрузки должны быть незначительными, отягощенные собственным весом тела, — это приседания, лазания, прыжки, занятия с мячом. В отличие от детей 4–5 лет, где наиболее значимы скоростно-силовые способности, для детей 6 лет важно развивать скоростные способности и выносливость, а для детей 7 лет — скоростные и координационные способности.

Особенностями нервной системы в дошкольном возрасте является то, что заканчивается созревание клеток в головном мозге. Для данного возраста

характерна высокая возбудимость и слабость тормозных процессов, поэтому нужно избегать долгих наставлений и указаний, продолжительных монотонных заданий, строго дозировать нагрузки, так как недостаточно развито ощущение усталости. Большое значение в физиологическом и психологическом плане здесь имеет сам процесс освоения нового. В этот период необходимо создать все условия для освоения детьми простейших видов движений, действий и закаливающих процедур. Прямым следствием все большего совершенствования анализаторной деятельности коры головного мозга является приобретение ребенком способности к мышлению, анализу и обобщению явлений окружающей среды. В этом возрасте начинают проявляться индивидуальные особенности, формируется характер, личностные мотивы и интересы, которые пока еще не стойкие и часто меняются, формируются основы дисциплины поведения, умение и желание действовать совместно со взрослыми и по интересам детского коллектива.

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

4. Учебный план

Программа «3 D-физкультура, или Школа диалога с препятствием» предусматривает 3 возрастных уровня ее реализации:

- начальный уровень для детей 2-3 лет,
- базовый для детей 3-5 лет,
- продвинутый для детей 5-7 лет;

Каждый уровень состоит от 35 до 37 игровых занятий на физкультурном комплексе.

Игровые занятия состоят из 3-х частей – вводной, основной и заключительной. Занятия строятся на разных игровых сюжетах по предложениям педагога, но правила и условия могут меняться по желанию детей. Дополнительно используются игровой и физкультурный инвентарь, мягкие модули, магниты, оснащение для зарисовывания игровых сюжетов.

Возрастная категория	День недели	Объем учебной нагрузки	Время в режиме дня	Кол-во занятий в неделю, в месяц	Форма проведения промежуточной аттестации
2-3 года	Среда	10 минут	15.30-15.40	1 в неделю 3-5 в месяц	Видеоролик для родителей, совместное обсуждение, подведение итогов в мае

3-4 лет	Среда	15 минут	15.50- 16.05	1 в неделю 3-5 в месяц	Видеоролик для родителей, совместное обсуждение, подведение итогов в мае
4-5 лет	Вторник	20 минут	17.00-17.20	1 в неделю 3-5 в месяц	Видеоролик с отчетным итоговым занятием в мае
5-7 лет	Четверг	30 минут	17.00-17.30	1 в неделю 3-5 в месяц	Видеоролик с отчетным итоговым занятием в мае

Срок реализации программы: 9 месяцев.

Количество детей: до 24 детей на каждом возрастном уровне

Форма проведения занятий: групповая, практические занятия, приоритетно самостоятельная деятельность детей, педагог в качестве наблюдателя.

Место проведения: 3D-комплекс ЧОУ «Татнефть-школа».

5. Календарный учебный график

Уровень	Сроки реализации программы	Количество учебных недель	Праздничные дни
Начальный	03.09.2025 - 27.05.2026	35 недель	-
Базовый	02.09.2025 – 27.05.2026	37 недель	-
Продвинутый	04.09.2025 – 28.05.2026	36 недель	-

Начальный уровень 2-3 года

№	Тема занятия	Дата/ количество часов							
		Сентябрь-октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1-9	«В гости к сказке»	03.09-1ч. 10.09-1ч. 17.09-1ч. 24.09-1ч. 01.10-1 ч. 08.10-1ч. 15.10-1ч. 22.10-1 ч. 29.10-1 ч.							
10-12	«Домашние животные»		12.11-1 ч. 19.11-1 ч. 26.11-1 ч.						
13-16	«Лесные зверюшки»			03.12-1 ч. 10.12-1 ч. 17.12-1 ч. 24.12-1 ч.					
17-19	«Такие разные птички»				14.01-1 ч. 21.01-1 ч. 28.01-1 ч.				
20-23	«В гости к мышатам»					4.02-1 ч. 11.02-1 ч. 18.02-1 ч. 25.02-1 ч.			

24-27	«Паучки, червячки и их друзья»						05.03-1 ч. 12.03-1 ч. 19.03-1 ч. 26.03-1 ч.		
28-32	«Рыбки и компания»							02.04-1 ч. 09.04-1ч. 16.04-1 ч. 23.04.-1 ч 30.04- 1ч.	
33-35	«Семейка животных»								06.05-1 ч. 13.05-1ч. 20.05-1ч.

Базовый уровень 3-4 года

№	Тема занятия	Дата/ количество часов							
		сентябрь-октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1-9	«Путешествие»	03.09-1ч. 10.09-1ч. 17.09-1ч. 24.09-1ч. 01.10-1 ч. 08.10-1ч. 15.10-1ч. 22.10-1 ч. 29.10-1 ч.							
10-13	«Веселые игрушки»		12.11-2 ч. 19.11-1 ч. 26.11-1 ч.						
14-17	«Строители»			03.12-1 ч. 10.12-1 ч. 17.12-1 ч. 24.12-1 ч.					
18-21	«Веселые магниты»				14.01-1 ч. 21.01-1 ч. 28.01-2 ч.				
22-25	«Плюхи »					4.02-1 ч. 11.02-1 ч. 18.02-1 ч. 25.02-1 ч.			
26-29	«Такие разные веревки»						05.03-1 ч. 12.03-1 ч. 19.03-1 ч. 26.03-1 ч.		
30-34	«Необычные игры с мячами»							02.04-1 ч. 09.04-1ч. 16.04-1 ч. 23.04.-1 ч 30.04- 1ч.	
35-37	«Семейка животных»								06.05-1 ч. 13.05-1ч. 20.05-1ч.

Базовый уровень 4-5 лет

№	Тема занятия	Дата/ количество часов							
		сентябрь-октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1-9	«Путешествие»	02.09-1ч. 09.09-1ч. 16.09-1 ч. 23.09-1 ч. 30.09-1ч.							

		07.10-1ч. 14.10-1ч. 21.10-1ч. 28.10-1ч.							
10-12	«Веселые игрушки»		11.11-1 ч. 18.11-1 ч. 25.11-1 ч.						
13-17	«Строители»			02.12-1 ч. 09.12-1 ч. 16.12-1 ч. 23.12-1 ч. 30.12-1ч.					
18-20	«Веселые магниты»				13.01-1 ч. 20.01-1 ч. 27.01-1 ч.				
21-24	«Плюхи »					03.02-1 ч. 10.02-1 ч. 17.02-1 ч. 24.02-1 ч.			
25-29	«Такие разные веревки»						03.03-1 ч. 10.03-1 ч. 17.03-1 ч. 24.03-1 ч. 31.03-1ч.		
30-33	«Необычные игры с мячами»							07.04-1 ч. 14.04-1ч. 21.04-1 ч. 28.04-1ч.	
34-37	«Семейка животных»								05.05-1 ч. 12.051ч. 19.05-1ч. 26.05-1ч

Продвинутый уровень 5-7 лет

№	Тема занятия	Дата/ количество часов							
		сентябрь-октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1-9	«Путешествие»	04.09-1ч. 11.09-1ч. 18.09-1 ч. 25.09-1 ч. 02.10-1ч. 09.10-1ч. 16.10-1ч. 23.10-1ч. 30.10-1ч.							
10-12	«Вперед за командиром»		13.11-1 ч. 20.11-1 ч. 27.11-1 ч.						
13-16	«Большая стройка»			04.12-1 ч. 11.12-1 ч. 18.12-1 ч. 25.12-1 ч..					
17-19	«Веселые магниты»				15.01-1 ч. 22.01-1 ч. 29.01-1 ч.				
20-23	«Семейка животных»					05.02-1 ч. 12.02-1 ч. 19.02-1 ч. 26.02-1 ч..			
24-27	«Такие разные веревки»						05.03-1 ч. 12.03-1 ч. 19.03-1 ч. 26.03-1 ч.		
28-	«Необычные							02.04-1 ч.	

32	игры с мячами»							09.04-1ч. 16.04-1 ч. 23.04.-1 ч 30.04-1ч.	
33-36	«Плюхи-трюки »								07.05-1 ч. 14.051ч. 21.05-1ч. 28.05-1ч

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

6. Организационно-педагогические условия реализации Программы

Группа создается по возрастным уровням для детей раннего, младшего, среднего и старшего дошкольного возраста от 2 до 3-х, 3-х до 4-х, 4-х до 5, 5 до 7 лет. На первой встрече происходит знакомство детей друг с другом и педагогом, обсуждение правил в пространстве 3D-комплекса.

Предварительно составляется график посещения занятий группы. Дети занимаются без родителей под кураторством инструктора по физической культуре. Инструктор организует двигательную и игровую деятельность, дает основное направление, предлагает варианты игр и заданий.

Занятия проводит инструктор по физической культуре ЧОУ «Татнефть-школа» Степанова Надежда Викторовна, образование высшее педагогическое, стаж работы 14 лет, высшая квалификационная категория

Реализация программы.

I этап: создание условий для работы на 3D-комплексе

1.Создание предметно-развивающей двигательной среды в пространстве 3D-комплекса.

2.Оснащение инвентарем и дополнительным оборудованием в соответствии с сюжетом каждого занятия.

II этап: организация воспитательно-образовательного процесса.

Развивающая среда состоит из:

- зал с 3D-комплексом – каркасный комплекс, съемные детали (доски, лестницы, рукоходы, горка, платформы, кольца, перекладины, груша, гамаки), зеркала. Развивающая среда соответствует психофизиологическим особенностям детей дошкольного возраста.

Физкультурная и игровая среда разнообразна, многофункциональна и вариативна. Пространство соответствует потребностям ребенка в физическом, интеллектуальном и социальном развитии.

Особенностью игровых занятий на физкультурном комплексе является задача выполнения двигательных заданий и игр не по образцу и наставлениям педагога, а по творческой инициативе и задумке детей. Съемные детали комплекса предпочтительно легкие и легко транспортируемые, это позволяет быстро перестроить сложноорганизованное пространство. Площадь помещения не меньше предусмотренных норм. Помещение светлое, просторное.

На полу ковровое покрытие, маты. Предметно-развивающая среда,

игровая среда, все материалы, их композиция соответствуют психофизиологическим особенностям детей всех возрастных групп дошкольного возраста.

Основой комфортного развития ребенка является психологический климат. Взаимоотношения детей и инструктора строятся на основе общечеловеческих ценностей равноправного партнерства, уважения к достоинству маленького человека, дети коммуницируют исходя из ровесничества, сверстничества. Позиция взрослых исходит из интересов ребенка, политика общения – сотрудничество.

6. 1. Содержание Программы

Начальный уровень 1,5-3 года

№ занятия	Тема	Содержание деятельности
1-9	«В гости к сказке»	Знакомство, использование сказочных сюжетов, ознакомление с правилами и сигналами, подводящие игры с элементами зверобатики, игровые задания на полу со съемными элементами комплекса, игрушками, движения по заданию педагога, свободное лазание
10-12	«Домашние животные»	Использование сюжета «Домашние животные», повторение правил и сигналов, подводящие игры с элементами зверобатики, игровые задания на полу со съемными элементами комплекса, игрушками, доступ к более высоким уровням комплекса – «домики», движения по заданию педагога, свободное лазание, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, свободное лазание, организация свободной игры.
13-16	«Лесные зверюшки»	Использование сюжета «Лесные зверюшки», повторение правил и сигналов, подводящие игры с элементами зверобатики, игровые задания на полу со съемными элементами комплекса, игрушками, доступ к более высоким уровням комплекса – «норки», движения по заданию педагога, свободное лазание, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, свободное лазание, организация свободной игры
17-19	«Такие разные птички»	Использование сюжета «Птички», повторение правил и сигналов, доступ к более высоким уровням комплекса – «гнездышки», игры с элементами зверобатики, игровые задания на полу со съемными элементами комплекса, игрушками, движения по заданию педагога, свободное лазание, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, свободное лазание, организация свободной игры.

20-23	«В гости к мышатам»	Использование сюжета «Мышата», повторение правил и сигналов, игры с элементами зверобатики, игровые задания на полу со съёмными элементами комплекса, движения по заданию педагога, свободное лазание, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, свободное лазание, организация свободной игры
24-27	«Паучки, червячки и их друзья»	Использование сюжета «Насекомые», повторение правил и сигналов, игры с элементами зверобатики, игровые задания на полу со съёмными элементами комплекса, движения по заданию педагога, свободное лазание, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, свободное лазание, организация свободной игры
28-32	«Рыбки и компания»	Использование сюжета «Водные обитатели», повторение правил и сигналов, игры с элементами зверобатики, игровые задания на полу со съёмными элементами комплекса, движения по заданию педагога, свободное лазание, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, свободное лазание, организация свободной игры
33-35	«Семейка животных»	Зверобатика, знакомство с игрой «Семейка животных», игра в парах, игры с игрушками, мягкими модулями и другими предметами в данном сюжете, свободное лазание.

Базовый уровень 3-4 года

№ занятия	Тема	Содержание деятельности
1-9	«Путешествие»	Знакомство друг с другом, повторение правил и сигналов, игры с элементами зверобатики, игровые задания на полу со съёмными элементами комплекса, опробывание своих маршрутов и по заданию педагога, работа в парах, малых группах, варианты усложнения с введением дополнительных правил, свободное лазание, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, свободное лазание, организация своей игры
10-13	«Веселые игрушки»	знакомство с правилами игры с игрушками, игра «Найди домик игрушке», «Покажи игрушке как...» в парах, малых группах, зверобатика, игры в движении на внимание, введение в игру дополнительных предметов, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, организация самостоятельной игры с игрушками, свободное лазание, игры в движении на внимание с усложнением, выбором инвентаря и введением своих правил, усложнением элементов игры .
14-17	«Строители»	Ознакомление с правилами переноски мягких модулей и предметов, обозначение мест для

		складывания и хранения деталей, игра «Стройка» в парах, малых группах, зверобатика, стройка из модулей на полу и на комплексе, введение в игру дополнительных предметов-препятствий, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, свободное лазание, организация самостоятельной игры «Стройка».
18-21	«Веселые магниты»	Ознакомление с общими правилами игр с магнитами и придумывание своих, игра «Веселые магниты», «Прятки с магнитами» в парах, малых группах, зверобатика, игры с магнитами с акцентом на размер, цвет, форму, путешествия с магнитами, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, организация самостоятельной игры, свободное лазание, организация своей коллективной игры с магнитами, заключительная рефлексия с подведением итогов.
22-25	«Плюхи»	Ознакомление с правилами игр с плюхами-прыжками с высоты, обозначение правил приземления, группировки, подводящие игры с элементами зверобатики, игровые задания с плюхами на полу, с небольших высот на различные поверхности, строительство высот на полу и прыжки с них, работа в парах, малых группах, варианты усложнения с введением дополнительных правил и новых высот, свободное лазание, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам, свободное лазание, организация своей коллективной игры
26-29	«Такие разные веревки»	Ознакомление с общими правилами игр с веревками и канатами и придумывание своих, игры с веревками в парах, малых группах, зверобатика, игры с веревками с акцентом на длину и толщину, цвет, фактуру, путешествия с веревками, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам, организация самостоятельной игры по рисункам, свободное лазание, организация своей коллективной игры с веревками, заключительная рефлексия с подведением итогов.
30-34	«Необычные игры с мячами»	Ознакомление с общими правилами игр с мячами, игры с мячами в парах, малых группах, зверобатика, игры с мячами с акцентом на размер, цвет, фактуру, путешествия с мячами, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам,

		организация самостоятельной игры по рисункам, свободное лазание, организация своей коллективной игры с мячами, заключительная рефлексия с подведением итогов.
35-37	«Семейка животных»	Зверобатика, придумывание общих правил игры «Семейка животных», игра в парах, малых группах, путешествия, игры с игрушками и модулями в данном сюжете, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам, организация самостоятельной игры по рисункам, свободное лазание, организация общей коллективной игры, заключительная рефлексия с подведением итогов.

Базовый уровень 4-5 лет

№ занятия	Тема	Содержание деятельности
1-9	«Путешествие»	Знакомство друг с другом, повторение правил и сигналов, игры с элементами зверобатики, игровые задания на полу со съёмными элементами комплекса, опробывание своих маршрутов и по заданию педагога, работа в парах, малых группах, варианты усложнения с введением дополнительных правил, свободное лазание, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, свободное лазание, организация своей игры
10-12	«Веселые игрушки»	комление с правилами игры с игрушками, игра «Найди домик игрушке», «Покажи игрушке как...» в парах, малых группах, зверобатика, игры в движении на внимание, введение в игру дополнительных предметов, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, организация самостоятельной игры с игрушками, свободное лазание, игры в движении на внимание с усложнением, выбором инвентаря и введением своих правил, усложнением элементов игры .
13-17	«Строители»	Ознакомление с правилами переноски мягких модулей и предметов, обозначение мест для складывания и хранения деталей, игра «Стройка» в парах, малых группах, зверобатика, стройка из модулей на полу и на комплексе, введение в игру дополнительных предметов-препятствий, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, свободное лазание, организация самостоятельной игры «Стройка».

18-20	«Веселые магниты»	Ознакомление с общими правилами игр с магнитами и придумывание своих, игра «Веселые магниты», «Прятки с магнитами» в парах, малых группах, зверобатика, игры с магнитами с акцентом на размер, цвет, форму, путешествия с магнитами, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, организация самостоятельной игры, свободное лазание, организация своей коллективной игры с магнитами, заключительная рефлексия с подведением итогов.
21-24	«Плюхи»	Ознакомление с правилами игр с плюхами-прыжками с высоты, обозначение правил приземления, группировки, подводящие игры с элементами зверобатики, игровые задания с плюхами на полу, с небольших высот на различные поверхности, строительство высот на полу и прыжки с них, работа в парах, малых группах, варианты усложнения с введением дополнительных правил и новых высот, свободное лазание, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам, свободное лазание, организация своей коллективной игры
25-29	«Такие разные веревки»	Ознакомление с общими правилами игр с веревками и канатами и придумывание своих, игры с веревками в парах, малых группах, зверобатика, игры с веревками с акцентом на длину и толщину, цвет, фактуру, путешествия с веревками, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам, организация самостоятельной игры по рисункам, свободное лазание, организация своей коллективной игры с веревками, заключительная рефлексия с подведением итогов.
30-33	«Необычные игры с мячами»	Ознакомление с общими правилами игр с мячами, игры с мячами в парах, малых группах, зверобатика, игры с мячами с акцентом на размер, цвет, фактуру, путешествия с мячами, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам, организация самостоятельной игры по рисункам, свободное лазание, организация своей коллективной игры с мячами, заключительная рефлексия с подведением итогов.
34-37	«Семейка животных»	Зверобатика, придумывание общих правил игры «Семейка животных», игра в парах, малых группах, путешествия, игры с игрушками и модулями в данном сюжете, варианты усложнения

		с введением дополнительных правил, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам, организация самостоятельной игры по рисункам, свободное лазание, организация общей коллективной игры, заключительная рефлексия с подведением итогов.
--	--	--

Продвинутый уровень 5-7 лет

№ занятия	Тема	Содержание деятельности
1-9	«Путешествие»	Знакомство друг с другом, повторение правил и сигналов, игры с элементами зверобатики, игровые задания на полу со съёмными элементами комплекса, опробывание своих маршрутов и по заданию педагога, работа в парах, малых группах, варианты усложнения с введением дополнительных правил, свободное лазание, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, свободное лазание, организация своей игры
10-12	«Вперед за командиром»	Повторение правил игры «Смена командира», игра «Смена командира» в парах, малых группах, зверобатика, игры в движении на внимание, введение в игру дополнительных предметов, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам, организация самостоятельной игры по рисункам, свободное лазание, игры в движении на внимание с усложнением, самостоятельная заключительная многозадачная игра детей с элементами строительства, смены командира, выбором инвентаря и введением своих правил, усложнением элементов игры заключительная рефлексия с подведением итогов..
13-16	«Большая стройка»	Ознакомление с правилами переноски предметов, их крепления, обозначение мест для складывания и хранения деталей, игра «Стройка» в парах, малых группах, зверобатика, построение маршрутов на полу, на комплексе, введение в игру дополнительных предметов, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам, свободное лазание, организация самостоятельной игры «Стройка» по своим и другим схемам и рисункам, заключительная рефлексия с подведением итогов.

17-19	«Веселые магниты»	Повторение общих правил игр с магнитами и придумывание своих, игра «Веселые магниты», «Прятки с магнитами» в парах, малых группах, зверобатика, игры с магнитами с акцентом на размер, цвет, форму, путешествия с магнитами, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с акцентом на прошлое занятие, организация самостоятельной игры, свободное лазание, организация своей коллективной игры с магнитами, заключительная рефлексия с подведением итогов.
20-23	«Семейка животных»	Зверобатика, придумывание общих правил игры «Семейка животных», игра в парах, малых группах, путешествия, игры «Смена командира» и «Стройка» в данном сюжете, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам, организация самостоятельной игры по рисункам, свободное лазание, организация общей коллективной игры, заключительная рефлексия с подведением итогов.
24-27	«Такие разные веревки»	Повторение общих правил игр с веревками и канатами и придумывание своих, игры с веревками в парах, малых группах, зверобатика, игры с веревками с акцентом на длину и толщину, цвет, фактуру, путешествия с веревками, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам, организация самостоятельной игры по рисункам, свободное лазание, организация своей коллективной игры с веревками, заключительная рефлексия с подведением итогов.
28-32	«Необычные игры с мячами»	Повторение общих правил игр с мячами, игры с мячами в парах, малых группах, зверобатика, игры с мячами с акцентом на размер, цвет, фактуру, путешествия с мячами, варианты усложнения с введением дополнительных правил, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам, организация самостоятельной игры по рисункам, свободное лазание, организация своей коллективной игры с мячами, заключительная рефлексия с подведением итогов.

33-36	«Плюхи-трюки» «Придумываем игры сами»	Ознакомление с правилами игр с плюхами-прыжками с высоты, выполнение и демонстрация трюков, обозначение правил приземления, группировки, подводящие игры с элементами зверобатики, игровые задания с плюхами на полу, с небольших высот на различные поверхности, строительство высот на полу и прыжки с них, работа в парах, малых группах, варианты усложнения с введением дополнительных правил и новых высот, свободное лазание, рефлексия с рисованием, рефлексия с акцентом на прошлое занятие с обращением к рисункам, свободное лазание, организация своей коллективной игры. Организация любых новых или знакомых игр по желанию детей, создание одной массовой игры исходя из всех пройденных тем, игр, с использованием магнитов, веревок, мячей и др. инвентаря, рефлексия с акцентом на прошлые занятия с обращением ко всем рисункам прошлых тем, свободное лазание, строительство, заключительная рефлексия
-------	--	---

6.2. Методические материалы

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.

6.3. Перечень информационного и материально-технического обеспечения реализации программы

1. Игрушки резиновые – 33 шт.,
2. Магниты разного размера – 50 шт.,
3. Вербки, канаты, платки, ленты – 30 шт.,
4. Массажеры для стоп – 8 шт.,
5. Мячи разного размера – 10 шт.,
6. Коврики для фитнеса – 2 шт.,
7. Маты – 2 шт.,
8. Мягкие модули разных размеров – 24 шт.,

-
9. Цветные карандаши, фломастеры – 14 уп.,
 10. Бумага для рисования – 50 листов,
 11. Игрушки в виде животных для обыгрывания – 32 шт.,
 12. Мягкие дощечки – 30 шт.,
 13. Магнитная доска – 1 шт.,
 14. Пледы флисовые для гамаков – 4 шт.,
 15. Мягкие палки-12 шт.,
 16. Носки-30 пар,
 17. Платки – 30 шт.,
 18. Балансиры – 2 шт.,
 19. Мягкие подушки – 16 шт.

6.4. Формы и направления взаимодействия с семьями воспитанников

При взаимодействии с родителями (законными представителями) учитываются родительские запросы и степень заинтересованности родителей в развитии своих детей.

Система работы с родителями (законными представителями) включает:

- ознакомление родителей (законных представителей) с содержанием работы, направленной на физическое, психическое и социально-эмоциональное развитие ребенка;
- ознакомление с конкретными приемами и методами развития ребенка в среде 3- Дкомплекса.

Формы взаимодействия с семьями воспитанников:

- первичное знакомство, беседа, ознакомление с пространством;
- наглядная информация для родителей в виде фото и видео публикаций в родительских группах;
- совместное участие в занятиях по договоренности.

7. Литература

1. А.Г.Асмолов, Е.Г. Юдина «Примерная образовательная программа дошкольного образования «Открытия». «Мозаика-синтез», М. - 2015г.
2. М.В. Белоусова, В.А. Меркулова, Л.М. Логинова «Особенности формирования двигательных навыков у детей в норме и патологии: диагностика и коррекция». НОУ ДПО «ЦСГО», Казань-2018г.,
3. Д. Егорова – Ракитская «3D- физкультура в детском саду, где «все связано со всем». ООО «Образовательные преКты», СПб-2018г.,
4. Н.Н. Ефименко «Театрализация физического воспитания дошкольников», «Нилан - ЛТД», Винница-2016г.,
5. Н.Н.Ефименко «ФГОС: физическое развитие ребенка в дошкольном детстве. Двигательно-игровая деятельность. Сценарии игр-занятий 6-7

-
- лет». «Дрофа», М.-2014 г.,
6. Н.Н.Ефименко «ФГОС: от задачи к результату. Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве. Методические рекомендации. 3-7 лет» «Дрофа», М.-2014 г.,
 7. Н.Н.Ефименко «Неправильная физкультура» Нилан - ЛТД, Винница-2016г.,
 8. В.Левицкий, И.Шиврина, С. Колосова, Н. Мелашенко, О.Бабич АНО «ОЦ» Академия фитнеса» «Детский фитнес», М.-2006 г.,
 9. С.В. Реутский «Шпаргалки по зверобатике», СПб – 2010г.,
 10. С.В. Реутский «Физкультурные комплексы дома и в детском саду», ТЦ «Сфера», СПб-2015г.,
 11. С.В. Реутский «Физкультура про другое, зато для всех и обо всем, от простого к сложному», АНО «Агентство образовательного сотрудничества», СПб.-2006г.
 12. 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
 13. М.А. Рунова «Двигательная активность ребенка в детском саду». Мозаика-синтез, Москва, 2004 г.

