



МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1

Амурская область, город Зея, улица Ленина, дом 161; телефон 2-46-64; E-mail: [shkolazeya@yandex.ru](mailto:shkolazeya@yandex.ru)

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по УВР

 Л.Б. Фурцева



**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом МОАУ СОШ № 1

от 19.01.2022 № 31 -од

## ПРОГРАММА

### «ШКОЛА БУДУЩЕГО ПЕРВОКЛАССНИКА»

(внеурочный присмотр за детьми)

**Составители:**

Малюта Е.Н.,

учитель начальных классов;

Ковалёва В.К., учитель начальных  
классов;

Дуброва Е.С., педагог-психолог;

Михайлова В.М., учитель физической  
культуры;

Ливанова Ю.М., учитель музыки.

г.Зея, 2022

обучению математики, письму, развитие речи, которые не только дают возможность сформировать начальные навыки счёта, чтения, но и способствуют общему развитию ребёнка. Подготовка детей к обучению в школе проходит в третьей четверти.

**Цель программы:**

Создание оптимальных условий для адаптации будущих первоклассников

**Задачи:**

- Первичное знакомство со школой.
- Знакомство с первым учителем, с классом, создание психологической атмосферы.
- Введение детей в роль «школьника», реализация возможности пробы сил в новой роли, первичное знакомство с правилами школьной жизни.
- Развитие интереса, позитивного настроения на обучение в школе через построение системы занятий.
- Анализ психологической готовности каждого ребёнка к обучению в школе, с последующей консультацией родителей.

Ступень подготовки к обучению выступает как самостоятельный законченный блок. Переходная ступень обеспечивает преемственность в развитии и образовании дошкольного и начального обучения. Подготовка к обучению включает довольно разнообразное содержание, целью которого является развитие ребенка.

Особенностью содержания подготовки к школе является то, что материал, предложенный для детей дошкольного возраста, разработан на интегрированной основе и делении содержания на предметы условно.

В МАОУ СОШ №1 занятия в «Школе будущего первоклассника» проходят для воспитанников подготовительных групп детских дошкольных образовательных учреждений, а также детей по различным причинам, не посещающих их.

Занятия проводятся 1 раз в неделю (в субботу) по 3 занятия с 1 февраля по 21 апреля. Продолжительность занятий 30 минут с 10-минутными перерывами.

Основные виды деятельности — игра и продуктивная деятельность.

Программа подготовки будущих первоклассников состоит из трёх блоков «Занимательная математика и логика» и «Речевое развитие», «Развивалочка» (психологическое развитие детей), «Ритмика», «Художественное творчество», «Весёлый оркестр».

**Блок «Занимательная математика и логика»**

В основу отбора содержания программы «Занимательная математика и логика» положен принцип ориентации на первостепенное значение общего развития ребенка, включающего в себя сенсорное и интеллектуальное развитие с использованием возможностей и особенностей математики.

В математическом содержании подготовительного периода объединены три основные линии: арифметическая (числа от 0 до 10, цифра и число, основные свойства чисел натурального ряда и др.), геометрическая (прообразы геометрических фигур в окружающей действительности, форма, размер, расположение на плоскости и в пространстве простейших геометрических фигур, изготовление их моделей из бумаги и др.) и содержательно-логическая, построенная в основном на математическом материале двух первых линий и обеспечивающая условия для развития внимания, восприятия, воображения, памяти, мышления у детей.

Среди методов, используемых в период подготовки детей к школе по математике, в качестве основных предлагаются практические методы, метод дидактических игр, метод моделирования. Эти методы используются в различном сочетании друг с другом, при этом ведущим остается практический метод, позволяющий детям усваивать и осмысливать математический материал, проводя эксперимент, наблюдения, выполняя действия с предметами, моделями геометрических фигур, зарисовывая, раскрашивая и т. п.

Большое внимание уделяется формированию умений общаться с преподавателем, с другими детьми, работать в одном ритме со всеми, когда это необходимо, работать со счетным и геометрическим раздаточным материалом, пользоваться тетрадью с печатной основой и др.

### Содержание программы

Сравнение предметов (фигур), групп предметов по форме (круглый, не круглый, треугольный, прямоугольный, квадратный и др.); по размеру (длинный, короткий; узкий, широкий; высокий, низкий; длиннее, короче, такой же и др.); по расположению на плоскости и в пространстве (справа, слева, в центре, внизу, вверху, правее, левее, выше, ниже, внутри фигуры, вне фигуры и др.); по цвету, по материалу, из которого изготовлены предметы, по назначению и др.

Числа от 0 до 10. Счет предметов. Устная нумерация чисел: названия, последовательность и обозначение чисел от 0 до 10. Цифра и число. Чтение чисел. Сравнение чисел первого десятка. Основные характеристики последовательности чисел натурального ряда: наличие первого элемента, связь предыдущего и последующего элементов, возможность продолжить последовательность дальше, на каком бы месте ни остановились.

Простые геометрические фигуры: треугольник, прямоугольник (квадрат), круг.

Содержательно-логические задания на развитие:

- внимания: простейшие лабиринты, игры «Веселый счет», «Сравни рисунки», «Найди общие элементы» и др.;
- воображения: деление фигур на части, составление фигур из частей, составление фигур из моделей отрезков по заданным свойствам, преобразование одной фигуры в другую и др.;
- памяти: зрительные и слуховые диктанты с использованием арифметического и геометрического материала;

— мышления: выделение существенных признаков, выявление закономерностей и их использование для выполнения задания, проведение анализа, синтеза, сравнения, построение простых рассуждений и др.

**Планируемые результаты:**

<b>УУД</b>		
<b>личностные</b>	<b>предметные</b>	<b>метапредметные</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>-формирование интереса (мотивации) к изучению предмета математики;</li> <li>-развитие навыков сотрудничества;</li> <li>-развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки;</li> <li>-развитие чувств доброжелательности, отзывчивости, сопереживания.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-развитие математической речи, вычислительных навыков с числами в пределах 10;</li> <li>-решение задач в 1 действие на сложение и вычитание;</li> <li>-распознавание и изображения геометрических фигур;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи урока математики;</li> <li>-умение оценивать свои успехи и неудачи;</li> <li>-овладение первоначальными умениями выполнения логических действий : анализа, синтеза, сравнения;</li> <li>-формирование умения слушать, вести диалог и высказывать свою точку зрения;</li> <li>-овладение умениями применять полученные знания на практике, в жизни.</li> </ul>

**Результаты обучения по программе подготовительного курса:**

*Данный раздел программы направлен на развитие умений:*

- называть числа в прямом и обратном порядке в пределах 10;
- соотносить цифру с числом предметов;
- составлять из нескольких треугольников (четырёхугольников) фигуры большего размера;
- делить круг, квадрат на 2 и 4 равные части;
- ориентироваться на листке клетчатой бумаги.
- проводить наблюдения;
- сравнивать, выделять указанные и новые свойства объекта, его существенные и несущественные характеристики;
- понимать относительность свойств объекта;
- делать выводы по результатам наблюдений, проверять их истинность;
- уметь использовать полученные выводы для дальнейшей работы.

**Тематическое планирование занятий «Занимательная математика и логика»**

№	дата	Тема занятия	Дополнительный материал.
---	------	--------------	--------------------------

1.	Понятия «больше», «меньше». Сравнение групп по количеству. Прямой счёт 1-10.	«Угадай-ка», «Закончи предложение».
2.	Понятия «вверх», «вниз», «вправо», «влево». Обратный счёт 10-1.	Графический диктант.
3.	Цвет предмета. Классификация цветов. Выявление закономерности в чередовании цветов. Смысл действия сложения.	Задачи- шутки.
4.	Форма предмета. Определение формы. Классификация по форме. Выявление закономерности в чередовании фигур по форме. Геометрические фигуры.	Игра «Бывает- не бывает». «Продолжи предложение». Задачи- шутки.
5.	Название предмета. Размер предмета. Понятие размера. Классификация и сравнение по размеру. Смысл действия вычитания. Обобщение и классификация предметов по общему названию. Состав числа 1-5.	«Вставь пропущенное слово». «Карлики и великаны». «Продолжи ряд». Графический диктант
6.	Признаки предметов. Описание, определение предметов. Обобщение и классификация по их общему названию. Состав числа 6-10.	«Угадай предмет». Перенос точек. «Бывает- не бывает». Логические задачи.
7.	Действия предметов. Определение и названия действий предметов. Обобщение и классификация по действиям.	«Продолжи ряд». «Кто это?». Логические задачи. Графический диктант.
8.	Определение последовательности событий. Дни недели. Игры, упражнения, закрепляющие знания.	«Кем будет»... «Продолжи..» Графический диктант.

### Литература

1. Е.Ф.Бортникова «Учимся писать цифры», тетрадь. Екатеринбург: ООО«Литур-опт», 2012
2. Прописи «Цифра за цифрой». – ООО «Алтей-Бук», Москва, 2008.
3. О.Холодова. Рабочая тетрадь «За три месяца до школы» – Издательство «Рост», М., 2009
4. Узорова О. В., Нефёдова Е.А. 350 упражнений для подготовки детей к школе. – М: АСТ «Астрель».
5. Колесникова Е.В. Я решаю логические задачи. Тетрадь для детей 5-7 лет. – М.: ТЦ «Сфера», 2012.
6. Папка дошкольника «Счёт до 10». – г. Киров «Весна дизайн».

### Блок «Речевое развитие»

Содержание курса направлено на общее развитие ребенка, посредством которого создается прочная основа для успешного изучения русского языка.

### Содержание программы

#### *Развитие и совершенствование устной речи.*

Расширять и активизировать словарный запас детей: обогащать словарь ребенка словами, обозначающими действия, признаки предметов (точные названия качеств неодушевленных предметов — материал, форма, цвет, размер — и одушевленных — человек: свойства характера, признаки внешности, поведения), находить в литературном произведении, прочитанном учителем (стихотворении, сказке, рассказе) слова, с помощью которых автор точно, метко, образно и выразительно описывает человека, природу.

Развивать у детей внимание и интерес к слову, осознание роли слова в тексте фольклорных и литературных произведений. Учить задавать вопросы, составлять вопросы. Развивать умения и навыки связной монологической и диалогической речи, умения связно, логично и последовательно излагать содержание услышанного (сказки, рассказа) с опорой на иллюстрации, по вопросам учителя (рассказ об интересном событии из своей жизни, о наиболее ярких впечатлениях, рассказ по картине). Формировать умение правильно употреблять слова, подходящие к данной ситуации. Формировать правильное понимание переносного значения слов. Учить замечать и исправлять в своей речи речевые ошибки.

Учить сравнивать предметы, выделять и правильно называть существенные признаки; обогащать словарь точными названиями качеств (материал, форма, цвет, размер).

*Звукопроизношение:* речевая гимнастика (упражнения для дыхания, губ, языка); произношение звуков русского алфавита, произношение и сравнение звуков, тренировочные упражнения по произношению звуков, закрепление и автоматизация звука.

*Подготовка к обучению чтению.* Обучать правильному литературному произношению, орфоэпическим нормам литературного языка. Совершенствовать звуковую культуру речи: умение различать на слух и в произношении все звуки родного языка. Совершенствовать фонематический слух: учить детей называть слова с определенным звуком, находить слова с этим звуком в предложении, определять место звука в слове. Закреплять правильное произношение звуков. Упражнять в дифференциации звуков на слух. Укреплять и развивать артикуляцию: обучать детей четкому произношению слов и фраз; формировать умение менять силу, высоту голоса (голос, сила, мелодия, интонация, темп речи, паузы), обучать правильному использованию интонационных средств.

*Подготовка к обучению письму:* готовить пишущую руку к письму с помощью обведения по контуру узоров и букв различной конфигурации, составления узоров по аналогии и самостоятельно, дополнения и штриховки предметов, гимнастики для пальцев; знакомить с правилами письма — с правильной посадкой при письме, с положением листа, карандаша (ручки) при работе в тетради; учить работать в ограниченном пространстве (в рабочей строке), перемещать пишущую руку снизу вдоль строки, слева

направо; знакомить с контуром предмета и его особенностями; знакомить с конфигурацией печатных букв и их звуковой оболочкой; моделировать и конструировать предметы из элементов букв различной конфигурации.

### **Планируемые результаты:**

- ориентироваться в ситуациях, соответствующих различным сферам общения;
- знать и употреблять вежливые слова (начало и завершение общения);
- знать устойчивые формулы речевого этикета — приветствие, прощание, благодарность, просьба;
- осознавать, что в различных ситуациях говорить можно по-разному: громко — тихо, быстро — медленно, весело — грустно и т. д.;
- обращаться к собеседнику тогда, когда это уместно, отвечать на обращение;
- использовать соответствующие ситуации, темп, громкость;
- следовать принятым в обществе правилам поведения при разговоре: смотреть на собеседника, не перебивать говорящего, использовать мимику и жесты, не мешающие, а помогающие собеседнику понять сказанное и т. д.;
- сообщать определенную информацию, договариваться о совместной деятельности;
- соблюдать культуру слушания: вежливое слушание, внимательное слушание;
- правильно произносить все звуки;
- соблюдать орфоэпические нормы произношения;
- составлять предложения по опорным словам, по заданной теме;
- пересказывать сказку, рассказ (небольшие по содержанию) по опорным иллюстрациям;
- соблюдать элементарные гигиенические правила;
- ориентироваться на странице тетради.

### **Тематическое планирование занятий «Речевое развитие».**

<b>№</b>	<b>дата</b>	<b>Элементы грамоты</b>	<b>Элементы развития мелкой моторики</b>
1.		Понятия об устной и письменной речи.	Штриховка. Рисование и раскрашивание узоров
2.		Понятие о предложении. Составление предложений по картинке.	Гимнастика для пальцев рук «Езда по дорожке», «Штриховка», «Равновесие пальцев».
3.		Техника речи. Скороговорка. Чистоговорки.	Штриховка контурно изображённых предметов. Развитие тактильной чувствительности. Узнавание предметов на ощупь, «Пальчики- узнавальчики»
4.		Загадки. Формирование образа по совокупности его	Анализ образца. «Нарисуй точно такие же». Соединение единой

	признаков.	линией двух предметов. Составление узоров по аналогии.
5.	Рассказ. Понимание прочитанного.	Зрительно- двигательные координации «Проведи, не касаясь».
6.	Сказка. Пересказ. Инсценирование.	Пространственные представления «Раскрась правильно».
7.	Составление рассказа по серии картинок.	Обведения по контуру узоров и букв различной конфигурации Штриховка контурно изображённых предметов.
8.	Культура речи. Слова выражения просьбы, благодарности, извинения, приветствия, поощрения.	Обведение рисунка по контуру. Письмо овалов. Письмо наклонных линий. Пространственные представления «Раскрась правильно».

### Литература:

<http://www.labyrinth.ru/screenshot/goods/172983/9/> Сосчитай и раскрась. Когда я стану взрослым...

<http://numi.ru/fullview.php?id=19070> подготовка руки к письму

<http://numi.ru/fullview.php?id=19110> подготовка руки к письму

[http://ikt-aim.ucoz.ru/load/budushhim\\_pervoklassnikam/11](http://ikt-aim.ucoz.ru/load/budushhim_pervoklassnikam/11) будущим первоклассникам

<http://detsad-kitty.ru/ras/981-labyrinth-dlya-detej.html> лабиринты для детей

<http://detsad-kitty.ru/ras/981-labyrinth-dlya-detej.html>

<http://numi.ru/fullview.php?id=18617>

<http://www.proshkolu.ru/download/1259877/961dfc79ab210b7b/>

<http://numi.ru/16502>

<http://numi.ru/fullview.php?id=19172> графические диктанты

### Блок «Развивалочка»

(психологическое развитие детей в группах дошкольной подготовки)

### Критерии эффективности программы

В качестве критерия эффективности коррекционно-развивающей программы выступает переход в развитии познавательной сферы на качественно новую ступень развития. Для этого мы используем следующие параметры:

- развитие мышления – качественные изменения в процессе мышления;



- развитие памяти – увеличение объема кратковременной памяти, улучшение процессов запоминания материала;
- развитие внимания – повышение концентрации внимания, скорости переключения внимания;
- развитие мелкой и крупной моторики.

**При реализации коррекционно-развивающей программы используются следующие формы и методы обучения:**

- беседа – как форма организации урока, предусматривающая передачу информации в виде диалога педагогом-психологом и ребенком;
- психологические игры и упражнения;
- методы активного социально-психологического обучения как формы работы, активизирующие процесс освоения теоретического материала, являющиеся способом практической реализации полученных теоретических знаний (метод анализа конкретных ситуаций, сюжетно-ролевая игра, психогимнастические упражнения).

### **Структура занятий:**

Приветствие – с детьми определяем форму приветствия, чтобы создать в группе доброжелательный настрой (3 мин.)

Основная часть – используются игры, которые требуют сосредоточенности, наблюдательности, усидчивости, зрительно-моторной координации (15 мин.)

Релаксация – упражнения направленные на расслабление (5 мин.)

Рефлексия – обсуждение и подведение итогов занятия (3 мин.)

Ритуал прощания – прощание с детьми (4 мин.)

**Форма занятия.** Каждое занятие состоит из трех частей: разминка, основная и заключительная.

### ***Разминка***

#### Цели:

1. Создание положительного настроения в группе.
2. Сохранение во время занятий доброжелательного отношения детей друг к другу.
3. Тактильное соприкосновение друг с другом.
4. Развитие положительной самооценки.

Основные процедуры разминки — это приветствия и упражнения на контакт.

**Основная часть.** Основная часть выполняет ведущую роль в ходе всего занятия. Она включает в основном упражнения и игры, направленные на развитие познавательных процессов, коммуникативных навыков.

### ***Заключение***

Цели: создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии.  
Прощание детей носит ритуальный характер.

### Ожидаемый результат

Данная коррекционно-развивающая программа «Знайка» предназначена для развития познавательной сферы старшего дошкольника. В ходе ее реализации предполагается развитие и совершенствование познавательных процессов, которые способствуют готовности к дальнейшему обучению в школе.

### Тематическое планирование занятий

№	Дата	Тема	Развиваемые психологические процессы	Методики и задания	Оборудование
1		«Знакомство»	Коммуникативные навыки, словесные обозначения предметов, слуховые ощущения	«Знакомство», «Дружба начинается с улыбки», «Что перепутал художник», «Угадай, что спрятано»	мяч
2		«Недостающие фигуры»	Зрительное восприятие, творческое воображение, наблюдательность	Недостающие фигуры, память и счет, «Поздоровайся без слов», «Назови как можно больше», «Какой фигуры нет»	Мешочек с предметами, разрезанные картинки
3		«Третий лишний...»	Восприятие, творческое воображение, память	«Гномики», «Соедини точки», «Четвертый лишний».	цветные карандаши, геометрические фигуры
4		«Тактильные ощущения»	Зрительное восприятие, наблюдательность, мелкая и крупная моторика	«Комплименты», «Графический диктант», «Составим все вместе»	Веревочка, геометрические фигуры
5		«Волшебные фигуры»	Логическое мышление, воображение	«Придумай сам», «Воображариум».	Сказка, листы для рисования
6		«Цвета»	Воображение, восприятие, моторная коммуникация	«Соедини точки и раскрась», «Ловкие руки», «Что перепутал художник», «Разрезанные картинки»	Картинки, презентация
7		«Изучаем формы»	Восприятие, воображение, мелкая моторика	Раскрась рисунок, рисование по клеточкам	Опорные точки, рисунок
8		«Классификация»	Внимание, наглядно-образное и словесно-логическое мышление	«Найди отличия», «Не ошибись», «Назови одним словом».	Комплекты рисунков с недостающими деталями,

## Список использованной литературы

1. Амонашвили, Ш.А. Единство цели / Ш.А. Амонашвили. - М.: Просвещение, 1987. – 80 с.
2. Андрущенко А.В. Готовимся к школе./ А.В., Андрущенко, В.С. Селиванов. – М.: Олимп, 1999. – С.55-59.
3. Волков Б.С. Подготовка ребенка к школе/ Б.С Волков, Н.В Волкова.-М.: Просвещение, 1994.- 223 с.
4. В школу с радостью: конспекты комплексно-игровых занятий с дошкольниками для психолога и воспитателя / Е.Д.Шваб, авт.-сост. - Волгоград: Учитель, 2007.- 79 с.
5. Гуткина, Н. И. Психологическая подготовка детей к школе в группе развития // Активные методы в работе школьного психолога. - Киров, 1991. – С.17
6. Ильина М.Н. Подготовка к школе: развивающие тесты и упражнения./ М.Н Ильина - СПб.: Питер, 2007.- 205 с.: ил.
7. Как сформировать готовность к школьному обучению в условиях семьи? Чему необходимо научить ребенка? Что такое готовность к школе? (Рекомендации для родителей) /Отв. ред. Курнешова Л.Е. //Серия: «Готовность ребенка к школе» — М.: Центр инноваций в педагогике, 1998.-57 с.
8. Нижегородцева, Н. В. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе / Н.В.Нижегородцева, В.Д.Шадриков. – М.: Владос, 2001. – 256 с.
9. Узорова О.В., Нефедова Е.А. 350 упражнений для подготовки детей к школе./ О.В. Узорова, Е.А. Нефедова. – М.: «АСТ», 2008 г. 102 с
10. В.Л. Шарохина. Психологическая подготовка детей к школе. Конспекты занятий / В.Л Шарохина.- М.: Книголюб, 2008.-48 с.

**Блок «Ритмика»**

(физическое развитие)

**Пояснительная записка****1.1 Нормативно-правовое основание разработки программы**

Современная школа стоит на пороге разработки апробации и внедрения федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения (ФГОС). На основе Приказа Минобрнауки РФ от 26.11.2010 N 1241 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования", зарегистрированного в Минюсте РФ 4 февраля 2011 г. N 19707 внесены изменения в ФГОС НОО (Приказ МОиН РФ от 06.10.2009 г. № 373). Обязательным компонентом

ФГОС является внеурочная деятельность. В проекте образовательных стандартов внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана.

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса на ступени начального общего образования.

## **1.2 Актуальность программы**

Понимание воспитательной ценности физической культуры – важное условие процесса физического воспитания учащихся и формирования их умений самостоятельного овладения ценностями физической культуры, отношения к здоровому образу жизни, потребности двигательной активности.

Детям от природы свойственно выражать себя в движении: бегать, прыгать, размахивать руками. И чаще всего, ребёнок только на уроке физической культуры может дать волю энергии заложенной в нём. Но этого, конечно, не достаточно для того, чтобы дети вдоволь могли подвигаться. Вот почему в наше время стали так популярны занятия аэробикой, в частности танцевальной аэробикой. На занятиях дети учатся не только красиво двигаться, преодолевая трудности образовательного процесса, но и развиваться духовно, эмоционально, физически, интеллектуально, приобретают навыки грациозных движений, участвуют в концертных выступлениях, учатся аккуратности, целеустремлённости.

Новизна данной программы заключается в том, что она направлена не только на укрепление здоровья, развитие общефизических и спортивных качеств ребёнка, но и развитие творческих способностей детей с разной физической подготовкой. Программа основывается на реализации компетентностного подхода, здоровьесберегающих технологий и сочетании современных оздоровительных технологий: дыхательной гимнастики, классических оздоровительных методик и общефизической подготовки.

Данная программа является модифицированной и составлена на основе программы по спортивной аэробике. Как и опорная программа, она содержит нормативные требования по физической, специальной, хореографической подготовке, учебно-тематический план и содержание курса.

## **1.4 Возрастная группа обучающихся**

Обучающиеся дошкольного возраста 6 -7 лет с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

*Количество обучающихся* – 15-20 человек.

## **1.5 Объём часов отпущенных на занятия.**

Программа «Аэробика» для дошкольников рассчитана на 4 занятия продолжительностью 30 мин.

## **1.6 Цели и задачи реализации программы.**

*Цель программы* – сформировать позитивное отношение дошкольников к дополнительным занятиям физической культурой, повысить уровень их физического здоровья и теоретическую осведомленность о занятиях физической культурой и спортом.

*Задачи программы:*

1. *Обучающие:*

- повышение уровня ритмической подготовки путем использования музыкальной фонограммы в качестве средства дозирования физической нагрузки и экономизации физических усилий;
- профилактика и коррекция нарушений осанки;
- повышение уровня функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- развитие силы и гибкости опорно-двигательного аппарата школьников с помощью использования силовых упражнений и стретчинга.

### *2. Развивающие:*

- научить организовывать свою жизнедеятельность в соответствии с понятием «здоровый образ жизни» (сбалансированное питание, физическая активность, распорядок дня и т.п.);
- повысить уровень здоровья дошкольников, устойчивость к простудным и инфекционным заболеваниям;
- повысить уровень осведомленности об основах анатомии, взаимодействии музыки и движения, развитии массовых видов спорта с музыкальным сопровождением.

### *3. Воспитательные:*

- способствовать адаптации дошкольников в коллективе;
- воспитание у детей потребности в физической культуре.

## **Планируемые результаты освоения программы**

Программа по внеурочной деятельности «Ритмика» способствует формированию личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных учебных действий.

### **В сфере познавательных универсальных учебных действий будут являться умения:**

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», «фитнес», характеризовать значение занятий по оздоровлению, влиянию музыки на занятия и самочувствие;
- раскрывать понятия: синхронно, музыкально, ритмично;
- ориентироваться в видах аэробики, танцевальных жанрах;
- выявлять связь занятий фитнесом с досуговой и урочной деятельностью;
- характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха; планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;
- осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни, аэробике, танцах.

### **В сфере личностных универсальных учебных действий будет формироваться:**

- установка на здоровый образ жизни;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой деятельности;

эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе знакомства с играми на развитие сенсорной чувствительности;

знание основных моральных норм на занятиях фитнесом и ориентации на их выполнение;

**В сфере регулятивных универсальных учебных действий будут являться умения:**

организовывать места занятий физическими упражнениями и играми с музыкальным сопровождением в сотрудничестве с учителем;

соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;

адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время показательных выступлений, индивидуальных и групповых заданий;

оценивать правильность выполнения действия;

адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;

проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций;

утреннюю зарядку с музыкальным сопровождением;

самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

Обучающийся научится:

учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве ;

договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам;

контролировать действия партнёра в парных упражнениях;

осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики;

задавать вопросы, необходимые для выполнения заданий творческого характера в составлении комплексов упражнений индивидуально и в сотрудничестве с партнёром.

**Структура занятий**

Занятие состоит из подготовительной, основной и заключительной частей.

***Подготовительная часть***

Разминка составляет 10-15% всего времени занятия. Темп музыки не превышает 124-136 уд./мин. Выполняются упражнения, которые воздействуют по возможности на большие группы мышц низкой ударности, низкой интенсивности, стретчинг, дыхательные упражнения.

***Основная часть***

Темп музыки составляет в среднем 128-152 уд./мин., в программах высокой интенсивности – до 160 уд./мин. Выполняются упражнения низкой, средней и высокой степени интенсивности, высокоударные, танцевальные ритмические движения, сюжетно-ролевые упражнения.

#### ***Заключительная часть***

Продолжительность заминки составляет около 5-7 мин. Темп музыки спокойный – 90-100 уд./мин. Выполняются низкоударные упражнения низкой интенсивности, дыхательные упражнения, стретчинг.

### **Тематическое планирование**

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов
1.	<b>Теория</b>	<i>в процессе занятий</i>
2.	<b>Классическая аэробика (программа «классики»)</b>	<b>2</b>
3.	<b>Фитнес-гимнастика</b>	<b>2</b>
4.	<b>Занятия с элементами йоги</b>	<i>в процессе занятий</i>
5.	<b>Образно-сюжетные игры</b>	<i>в процессе занятий</i>
<b>ИТОГО</b>		<b>4</b>

### **Содержание программного материала**

#### ***Классическая аэробика - программа «классики» (2 часа)***

Общие правила техники безопасности на занятиях фитнесом и в спортивном зале. Что такое фитнес. Ориентация в пространстве. Основные шаги базовой аэробики. Партерная гимнастика. Восстановление.

#### **Практика:**

*Ориентационные упражнения:* вправо-влево, вперёд-назад, вниз-вверх, в круг, из круга, по кругу.

*Основные шаги базовой аэробики:*

С помощью классиков разучивание основных шагов, скачков и подскоков классической аэробики:

- марш (обычная ходьба)
- стрэдл (ходьба ноги врозь – ноги вместе)
- ви-степ (шаг ноги врозь – ноги вместе)
- джампинг-джек (прыжки ноги врозь – ноги вместе)
- степ-тач (приставной шаг)
- грэйп вайн (скрестный шаг в сторону)
- кросс-степ (скрестный шаг на месте)

Линейный метод разучивания. Выполняются элементы сначала под счет, потом под музыку в ритм. Многократно повторяется элемент ногами, затем, продолжая выполнять его, добавляют движения руками. Далее переходят к следующему элементу. Таким образом выстраивается цепочка из элементов.

### ***Фитнес-гимнастика и акробатика (2 часа)***

Правила техники безопасности на занятиях гимнастикой.

#### ***Практика:***

- комплексы упражнений направленные на формирование правильной осанки, профилактику плоскостопия (без предметов, с гимнастической палкой, обручем, упражнения для мышц брюшного пресса, спины в положении лежа на коврике)
- различные виды ходьбы и передвижений (ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем сводах стопы)
- разновидности бега (бег на носках, с захлестыванием голени, высоко поднимая колени, выбрасывая прямые ноги вперед т. д.)
- прыжки (на двух ногах, на одной ноге; одну выставить вперед, другую назад; прыжки, сгибая ноги «лягушка», в упоре присев «мячики», из упора присев – выпрыгивание вверх, с поворотом на 90°, 180° и т. д.)

- наклоны

- выпады

#### ***Занятия с элементами йоги (в процессе занятий)***

Асаны хатха-йоги, выполняются индивидуально, в парах, группой

- «дерево» (для координации вестибулярного аппарата и нервной системы)

- «кузнечик» (преодолевают скованность позвоночника и его деформации, полезно для глубоко лежащих мышц живота и спины, развивают уверенность в себе)

- «кошечка» (развивает эластичность позвоночника и мышц тела)

- «лев» (усиливает приток крови к горлу, помогает бороться с инфекционными заболеваниями верхних дыхательных путей, очищает язык, способствует избавлению от загрязнённого дыхания, укрепляет мышцы шеи, лица, связки горла )

#### ***Образно-сюжетные игры (в процессе занятий)***

Игры, разнообразные эмоционально-образные перевоплощения: танцы зверей, птиц, сказочных героев, цветов, огня, воды и т. д. с элементами аэробики, Решение сказочных задач, придумывание новых сказок.

Варианты сюжетно-ролевых игр:

- создание новых обстоятельств, условий, при которых знакомые герои сказок попадают в новые обстоятельства, фантастические и невероятные

- моделирование сказок (составление сказки по предметно-схематической модели, например показать какой-то предмет или картинку, которые должны стать отправной точкой детской фантазии)



№	Тема	Содержание	Уч. часы	дата	
				план	факт
1	ТБ, введение в образовательную программу. Техника выполнения упражнений с гимнаст. палкой	Правила техники безопасности и правила поведения на занятиях Комплекс упражнений «Волшебная палочка» П/И «Удочка»	1		
2	Техника выполнения упражнений с обручем	Комплекс упражнений «Мой друг обруч» П/И «Мыши водят хоровод», «Займи место»	1		
3	Техника выполнения упражнений без предмета.	Комплекс упражнений «В гости к Вини - Пуху» П/И «Мышеловка»	1		
4	Техника выполнения упражнений без предмета	Комплекс упражнений «Маленькие Геркулесы» «Горелки»	1		

#### Литература:

1. Матвеев А.П., Физическая культура 1-4 классы [Текст] / А.П. Матвеев – М: Просвещение, 2009. – 32 с.
2. Турлова Л.В., Программа по дисциплине «Ритмика» [Текст] / Л.В. Турлова – Троицкое, 2008. – 12 с.
3. Асмолова А.Г., Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе [Текст] / А.Г. Асмолова – М: Просвещение, 2010. – 221 с.
4. Одинцова И.Б., Аэробика, шейпинг, стретчинг, калланетика: современные методики. Рекомендации специалиста [Текст] / И.Б.Одинцова – М: Эксмо, 2003. – 160 с.
5. Пензулаева Л.И., Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики [Текст] / Л.И. Пензулаева – М: Мозаика-Синтез, 2010. – 128 с.

#### Блок «Художественное творчество»

##### Раздел «Весёлый оркестр»

Программа «Весёлый оркестр» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, основной образовательной программы начального общего образования МОАУ СОШ № 1. Настоящая программа имеет художественно-эстетическую направленность. Основой народного инструментального исполнительства является коллективность. «Что касается вопроса привлечения масс в самых широких размерах к активному участию

в искусстве, то ясно, что из всех других видов (искусства), наиболее подходящих для этой цели, является именно коллективное занятие музыкой на народных инструментах», - говорил русский композитор балалаечник, первый создатель и руководитель Великорусского оркестра В.В.Андреев.

Программа по внеурочной деятельности «Весёлый оркестр» поможет младшим школьникам творчески войти в удивительный мир музыки, полный чарующих разнообразных звуков.

#### Планируемые результаты

##### Личностные результаты

1. Формирование уважительного отношения к истории возникновения русских народных инструментов.
2. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
3. Развитие навыков сотрудничества.

##### Метапредметные результаты

1. Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера.
2. Формирование умения планировать, оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.
3. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха деятельности и способности конструктивно действовать в ситуациях неуспеха.
4. Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии.
5. Использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения задач.
6. Развивать общие и музыкальные способности.
7. Развивать интерес к игре на музыкальных инструментах.
8. Воспитанию у детей веры в свои силы, в свои творческие способности.

#### Содержание курса внеурочной деятельности

Игра на музыкальных инструментах – это один из видов детской исполнительской деятельности, которая чрезвычайно привлекает школьников. В процессе игры на музыкальных инструментах совершенствуются эстетическое восприятие и эстетические чувства ребенка. Она способствует становлению и развитию таких волевых качеств, как выдержка, настойчивость, целеустремленность, усидчивость, развивается память и умение сконцентрировать внимание.

Знакомство с инструментами и оркестрами, с понятиями: музыкальные и немusикальные звуки, звуки высокие и низкие, долгие и короткие; темп; длительность; динамика. Упражнения при обучении игре на детских музыкальных инструментах. Игра по одному и в ансамбле, своевременно вступая и заканчивая свою партию.

#### Тематическое планирование

№	Тема занятия	форма проведения	Количество часов	Дата
1	«Звуки окружающего мира» Вводное занятие.	Игра на инструментах	1	
2	Музыкальная игра «Звуки вокруг нас».	Групповая работа	1	
3	Работа над ритмом , ритмический рисунок.	Работа в группах	1	
4	Играть в сопровождении гитары, соблюдая общий темп и динамику		1	

Учебно – методическое и материально-техническое обеспечение курса

1. Музыкальные инструменты, магнитофон, микрофоны, компьютер.
2. Бублей С. Детский оркестр. Изд-во «Музыка» , 1989.
3. Кононова Н.Г. Обучение дошкольников игре на детских музыкальных инструментах. Изд-во «Просвещение», 1990.
4. «Музыкальные игры для детей», автор: Образцова Т.Н., 2005 г.
5. Николаев В.А., Сусидко И.П. Музыкально – игровой материал. ГИЦ «Владос»2000.

#### Перечень Интернет-ресурсов

1. <http://www.uroki.net/>
2. <http://www.zankov.ru/>
3. <http://www.viki.rdf.ru/>
4. <http://www.nachalka.com/photo>
5. <http://www.n-shkola.ru/>

#### Раздел «Умелые ручки»

**Содержание учебного курса  
Пластининовая мастерская (1 часа)**

Материалы для лепки. Что может пластилин? В море. Какие цвета и формы у морских обитателей?. **Аквариум.**

**Бумажная мастерская (3ч. часа)**

Аппликация.

**В мире животных** (изготовление композиций из геометрических фигур)

1. **Домашние животные** (композиция)

2. **Птички нашего леса** (композиция)

3. **На лугу**(композиция)

**Учебно-тематический план**

№	Раздел	Кол-во часов
1	Пластилиновая мастерская	1ч
2	Бумажная мастерская	3ч
	Итого	4ч.

**Календарно-тематическое планирование по технологии 4ч**

N п/п	Тема урока	Дата по плану	Дата по факту
1	Аквариум.		
2.	Птички нашего леса.		
3.	Домашние животные		
4.	На лугу.		