

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Снежинского городского округа
«Детский сад комбинированного вида № 13»**

Утверждена приказом заведующего МАДОУ
от 13.09.2019 № 56а/од

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности**

**Кружка «ОЛИМП 5+»
(борьба дзюдо)**

Автор программы:
тренер-преподаватель
Аккуин Александр Данисович

Педагог, реализующий программу:
Аккуин Александр Данисович

Возрастная категория детей: 5-7 лет

Срок реализации программы: 1 год

Рассмотрена:
педагогическим советом МАДОУ №13
от 31 августа 2019 года, протокол №1

**Снежинского городского округа
2019 г.**

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка
 - 1.1 Актуальность темы
 - 1.2. Направленность программы
 - 1.3. Цель
 - 1.4. Задачи
 - 1.5. Принципы построения содержания программы
2. Основные направления содержания деятельности
 - 2.2. Методы и технологии
3. Описание условий для реализации программы
 - 3.1. Количество детей
 - 3.2. Формы организации деятельности
 - 3.3. Материально-техническое оснащение, оборудование
4. Механизм оценки получаемых результатов
 - 4.1. Знания, умения, навыки по окончанию обучения по программе «Олимп»
 - 4.2. Форма оценивания результатов
 - 4.3. Учебный план и календарный учебный график на 2019 -2020 учебный год
- Литература

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Борьба дзюдо является одним из видов единоборства, основанный японским учителем Дзигаро Кано. Борьба представляет собой использование бросков, удержание, болевых и удушающих приёмов, используя движения и энергию противника. Чтобы изучить технику дзюдо, необходимы подготовительные упражнения и сопутствующие задания.

Актуальность программы. Необходимость раннего обучения детей умениям целенаправленного и грамотного ведения единоборств диктует сама жизнь. Каждый взрослый на собственном опыте знает, как увлечённо и самозабвенно дети борются между собой, едва только научатся ползать и ходить. Это естественная детская страсть к самоутверждению. Ребёнок, занимающийся дзюдо, овладевает такими качествами, как дисциплина, духовное и нравственное воспитание. Кроме того, он овладевает акробатическими упражнениями. В единоборстве ребёнок овладевает качеством самооценки и умение замечать окружающий мир. Познание дзюдо даёт физическое воспитание в полном объёме наряду с духовным воспитанием. Умению терпеть и быть собранным, продумывать свои действия, и дозированно прикладывать свою силу.

Новизна программы. В настоящее время предлагаемый программный материал по технике единоборства с десятилетнего возраста заметно отстаёт от требований современной действительности и естественных возрастных потребностей детей. Поэтому планомерно приучать к навыкам сильного единоборства необходимо с пятилетнего возраста. Таким образом, заблаговременно готовится перспективный резерв детско-юношеской спортивной школы по борьбе дзюдо.

Старший дошкольный возраст является весьма благоприятным периодом для разучивания новых движений. Примерно 90% общего объёма двигательных навыков, приобретаемых в течение всей жизни человека, осваивается в возрасте от 4 до 10 лет. Поэтому разучивание большого количества новых разнообразных движений является основным требованием к содержанию физической подготовки детей этого возраста. Чем больше разнообразных движений будет освоено в этот период, тем лучше в дальнейшем будут осваиваться сложные технические элементы, прививаться

осмысленные, грамотные представления о важнейших правилах и посильных способах ведения единоборства, разумно используя внутреннюю тягу детей к этой форме двигательной активности. Простейшие формы борьбы прекрасно развивают на фоне положительных эмоций силу и ловкость, быстроту и гибкость, внимание и память, волю и сообразительность, вообще целый комплекс необходимых физических и психических качеств.

Под игровым – соревновательным методом в физическом воспитании подразумевается способ приобретения и совершенствования знаний, умений и навыков, развитие двигательных и волевых качеств в условиях игры или соревнований. Его комбинированное применение позволяет решать круг задач в самых различных условиях. Использование этого метода способствует успешному накоплению двигательного опыта, основанного на временных связках, которые вследствие координационной общности с изучаемым видом физической деятельности облегчают освоение программного материала. Игровые – соревновательные задания несут в себе большой эмоциональный заряд, который является эффективным средством не только физического развития, но и нравственного воспитания.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Физкультурно-спортивная направленность –

- ✓ формирование основ здорового образа жизни, развитие двигательной активности, таких важных личностных качеств как трудолюбие, упорство, смелость, целеустремленность, дисциплинированность у детей дошкольного возраста. Подвижные игры, эстафеты, игровые задания, элементы соревнования, включенные в содержание программы, повышают интерес детей к занятиям физической культурой и данным видом спорта, способствуют более быстрому и прочному усвоению материала;
- ✓ формирование спортивного характера воспитанника, умение мобилизовать себя на преодоление трудностей, настойчиво трудиться для достижения поставленной цели.

Содержание программы выстроено в трех уровнях:

1. уровень - физическая культура, как фундамент формирования личности;
2. уровень - моральная культура, выражающаяся в активной жизненной позиции;
3. уровень - интеллектуальная культура.

1.3. Цель программы: Овладение основами техники борьбы дзюдо для дальнейшего освоения спортивным мастерством.

1.4. Задачи:

1. Содействие укреплению здоровья и нормальному физическому развитию;
2. Формирование потребности в здоровом образе жизни и систематических занятиях дзюдо, привлечение максимального количества детей к занятиям по дзюдо;
3. Направленное развитие физических качеств занимающихся средствами дзюдо;
4. Изучение и совершенствование технико-тактических действий дзюдо и формирование знаний о виде спорта;
5. Воспитание нравственных, интеллектуальных и волевых качеств, гигиенических знаний, а также навыков бесконфликтного общения в коллективе;
6. Поиск талантливых в спортивном отношении детей.

1.5 Принципы построения содержания программы

Содержание данной программы при обучении детей борьбе дзюдо основывается на следующих принципах:

1. Принцип системности и последовательности (от простого к сложному)
2. Принцип развития
3. Принцип доступности и наглядности
4. Принцип научности
5. Принцип практической направленности.
6. Принцип соответствия содержания уровню развития детей.

2. Основные направления содержания деятельности

2.1 Изложение тем курса, количество часов для их изучения

В соответствии с поставленными задачами можно выделить основные темы занятий по обучению футболу дошкольников.

В начале и в конце периода обучения проводится диагностика уровней усвоения детьми основных видов движений и развития физических качеств.

Настоящая программа под названием «Олимп» разработана для проведения занятий с детьми 5-7-лет. В данную программу включены игры и упражнения, включающие в себя в зародышевом состоянии элементы борьбы.

Программа разработана на основе «Образовательной программы по борьбе дзюдо» Муниципального учреждения дополнительного образования детей Детско-юношеской спортивной школы №3; Акопян А.О., Кацавцев В.В., Клименко Т.П. Дзюдо. Программа – М.; Советский спорт. 2003

Курс обучения рассчитан на 1 год. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительностью не менее 30 минут.

Основной формой работы с детьми по обучению элементам единоборства является групповое занятие, которое условно делится на 5 частей:

1 часть – подготовительная, которая включает в себя построение, проверку присутствующих на занятии, сообщение задач предстоящей работы, строевые и общеразвивающие упражнения;

2 часть – беговая, включающая бег на короткие и длинные дистанции от 5 до 10 минут;

3 часть - гимнастическая, включающая акробатические упражнения;

4 часть – игровая – игры и упражнения с включением элементов единоборств;

5 часть – заключительная с включением упражнений по постепенному снижению физической нагрузки, релаксации, а также заданий на дом.

Ожидаемые результаты:

1. Приобретение определённого базиса здоровья, связанного с закаливанием и повышением уровня физического развития;
2. Приобретение навыков выполнения различных упражнений единоборства: быстро и надёжно выполнять необходимый захват, быстро и ловко перемещаться на татами, умело предотвращать осуществление захвата соперников или своевременно освободиться от него, выводить соперника из равновесия, сковывать его действия и вынуждать отступить, создавать себе удобную позицию для атаки и достижения победы в схватке, умение в самообороны;
3. Использование упражнений способствует улучшению рефлекторных механизмов нервной системы, увеличивая их силу и подвижность, а также возрастанию точности дифференцировок и пластичности функциональной деятельности;
4. Использование игрового - соревновательного метода предполагает у занимающихся появление эмоционального подъёма и повышает их активность; нерешительный ребёнок становится более раскованным и активным, и наоборот, очень подвижный становится более сосредоточенным и внимательным.

Подведение итогов реализации дополнительной образовательной программы «Олимп» осуществляется через проведение соревнований.

**РЕЖИМ УЧЕБНО-ТРЕНРОВОЧНОЙ РАБОТЫ
И ТРЕБОВАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ, ТЕХНИЧЕСКОЙ
И СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ НА ЭТАПЕ
СПОРТИВНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

Период обучения	Минимальный возраст для зачисления	Минимальное число учащихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю	Требования по физической, технической и спортивной подготовке на конец учебного года
Весь период	5-7	15	2	Выполнение нормативов общей физической подготовки

**СООТНОШЕНИЕ СРЕДСТВ
ТРЕНИРОВОЧНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (%)**

Направленность	Возраст, лет				
	5	6	7	8	9
Скоростно-силовая	20	20	20	30	20
Скоростная	20	20	10	10	10
Выносливость	10	10	20	30	30
Ловкость	30	20	30	20	30
Гибкость	20	20*	20	10	10*

* Для девочек количество упражнений увеличивается на 5-10% за счёт выносливости.

**СООТНОШЕНИЕ СРЕДСТВ
ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ (%)**

№	Разделы подготовки	Этап подготовки: Спортивно-оздоровительный, весь период
1.	Общая физическая	60
2.	Специальная физическая	30
3.	Технико-тактическая	10

**КОНТРОЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
ДЕТЕЙ 5-7 ЛЕТ**

Показатели нагрузки	Нормативные значения показателей	
	Мальчики	Девочки
Прыжок в длину с места, см.	100	90
Отжимание из упора на гимнастической скамейки, раз	10	8
Бег 1000м	5мин.20сек.	5мин.40сек.
Метание теннисного мяча, м.	18	18

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Теоретическая подготовка имеет немаловажное значение в подготовке дзюдоистов. Главная её задача состоит в том, чтобы научить спортсмена осмысливать и анализировать действия на татами как свои, так и соперника, не механически выполнять указания тренера, а творчески подходить к ним. Начинающих дзюдоистов необходимо приучать посещать соревнования, изучать техническую и тактическую подготовленность соперников, следить за действиями судей, их реакцией за действием дзюдоистов, просматривать фильмы и видеофильмы по дзюдо, и спортивные репортажи.

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно в тренировке. Она органически связана с физической, технико-тактической, моральной и волевой подготовкой как элемент практических знаний. Дзюдоист, как и любой другой спортсмен, должен обладать высокими моральными и волевыми качествами, быть достойным гражданином России, с честью представлять свою спортивную школу, свой город, стану на соревнованиях любого ранга.

Воспитание морально-волевых качеств начинается с первых шагов в дзюдо, когда в школе нужно научиться подчинять свои интересы общественным, выполнять все требования тренера, болеть душой за честь коллектива. Необходимо воспитывать у юных дзюдоистов правильное, уважительное отношение к товарищам по спортивной школе, к соперникам, к тренеру, к судьям, к зрителям.

Необходимо ознакомить учащихся с правилами гигиены, спортивной дисциплины и соблюдением чистоты в спортивном сооружении. Знакомство детей с особенностями спортивного единоборства проводятся непосредственно перед занятиями или в ходе разучивания каких-либо двигательных действий, обращается их внимание на то, что данный приём лучше всех выполнял такой-то известный спортсмен. Основное внимание при построение бесед и рассказов направлено на то, чтобы привить детям гордость за выбранный вид спорта и желания добиться высоких спортивных результатов.

№	Название темы	Краткое содержание темы
1.	Зарождение и развитие борьбы дзюдо	История борьбы дзюдо.
2.	Спортсмены ДЮСШ – чемпионы области и региональных турниров	Лучшие спортсмены ДЮСШ по борьбе дзюдо. Показательные выступления.
3.	Личная и общественная гигиена	Понятия о гигиене и санитарии. Уход за телом. Гигиенические требования к одежде и обуви. Гигиена спортивных сооружений.
4.	Закаливание организма	Значение и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой и солнцем.
5.	Здоровый образ жизни	Вредные привычки. Поведение спортсменов в быту.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Основное содержание психологической подготовки дзюдоистов состоит в следующем:

- Формирование мотиваций к занятиям дзюдо;
- Развитие личностных качеств, способствующих совершенствованию и контролю;
- Совершенствование внимания (интенсивности, устойчивости, переключению). Воображения, памяти, мышления, что будет способствовать быстрому восприятию информации и её переработке, принятию решений;
- Развитие специфических чувств – «чувство партнёра», «чувства ритма движений», «чувства момента атаки»;
- Формирование межличностных отношений в спортивном коллективе.

В работе с юными спортсменами устанавливается определённая тенденция в преимуществе тех или иных средств и методов психолого-педагогического воздействия: разъяснения, критика, одобрение, осуждение, внушение, примеры авторитетных людей ит.д. Методы смешанного воздействия включают: поощрение. Выполнение общественных и личных поручений, наказание.

В водной части тренировочного занятия используются методы словесного и смешанного воздействия, направленные на развитие различных свойств личности, сообщается информация, способствующая развитию интеллекта и психических функций. В подготовительной части – методы развития внимания, волевых качеств; в основной части занятия совершенствуются специализированные психические функции, эмоциональная устойчивость, способность к самоконтролю; в заключительной части совершенствуется способность к саморегуляции и нервно-психическому восстановлению. Следует отметить, что акцент в распределении средств и методов психологической подготовки зависит от психических особенностей юного спортсмена, задач и направленности тренировочного занятия.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

При работе с занимающимися упражнения необходимо подбирать так, чтобы они были направлены на обучение двигательным действиям, активно способствовали укреплению здоровья и гармоничному физическому развитию, развивали физические качества, формировали правильную осанку и обеспечивали становлению «школы» движений.

Средства, применяемые в занятиях, включают: ходьбу и бег; упражнения на равновесие, ориентирование в пространстве; имитационные и акробатически упражнения; упражнения в висах, упорах, лазании, прыжках; общеразвивающие упражнения; подвижные игры, эстафеты. Для воспитания личностных качеств занимающихся применяются средства нравственной, эстетической, интеллектуальной подготовки.

Развитие физических качеств у занимающихся происходит под влиянием двух факторов: возрастных изменений организма и режимов двигательной активности.

Обучение техники движений направлено на формирование у занимающихся базовой «школы» движений. Применяются двигательные задания, различные виды общеразвивающие упражнений. Постепенно повышается применение методов указаний, словесных заданий, кратких объяснений, оценок качества выполнения заданий.

Основой воспитания для занимающихся младшего возраста является нравственное воспитание. Оно реализуется в следующих направлениях:

- Формирование навыков поведения, необходимых для выполнения занимающимися;
- Воспитание трудолюбия;
- Усиление интереса и потребности к систематическим занятиям;
- Повышение способностей к восприятию переживаний окружающих, необходимость проявления сочувствия
- Организация коллективной деятельности в группе.

ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

1. Общеразвивающие физические упражнения:

- строевые упражнения: повороты налево, направо, кругом; перестроения;
- ходьба с активными наклонами головы вперёд, назад, вправо, влево;
- ходьба с круговыми движениями головой;
- бег приставными шагами;
- бег с поворотом на 360^0 ;
- передвижения прыжками;
- забегания;
- прыжки на одной ноге;
- бег на четвереньках.

2. Акробатические упражнения:

- кувырки вперёд, назад;
- перекаты;
- перевороты в сторону «колесо»;
- кувырки через мяч.

3. Игры и эстафеты:

- игры направлены на закрепление акробатических упражнений;
- игры и эстафеты, направлены на закрепление общеразвивающих упражнений и тренировочного воздействия на организм ребёнка;
- футбол.

4. Разминочные упражнения:

- разминка верхней и нижней части тела;
- разминка сидя, лёжа.

СПЕЦИАЛЬНО-ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

1. Ритуалы в дзюдо. Приветствие.

2. Складывание кимоно. Завязывание пояса.

Игра с заданием: кто правильно и быстрее остальных завяжет пояс;
лучше и правильно сложит кимоно

3. Падение. Самостраховки.

Игры с заданием: падение через мяч. Игры с касанием при падении
различными частями тела.

4. Стойки: Основная: фронтальная, правая, левая.

Защитная: фронтальная, правая, левая.

Игры-эстафеты с перемещением в различных стойках; перемещение в парах.

5. Перемещение: попеременным шагом: лицом вперёд, спиной вперёд;

с подшагиванием: лицом вперёд, спиной вперёд, боком вперёд.

6. Передний, задний мост. Забегание.

Игры с заданием:

Коснуться подбородком. Носом мяча, татами большее количество раз за отведённое время.

Подняться как можно выше на руках и ногах от татами на заднем мосту.

Перекинуться с переднего моста на задний и наоборот.

- отжимание от татами в упоре лёжа;

- отжимание с хлопками.

ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

1. Выведение противника из равновесия:

- вперёд, назад, влево, вправо. Рывок-толчок, толчок-рывок.

Игровые задания:

- вывести противника из равновесия;
- заставить противника встать на одну ногу, на пятки, на носки.

2. Захваты.

Два классических захвата:

- рукав-отворот;
- рукав на спине.

Игры - задание:

- захватить руку противника;
- запятнать, определённую тренером, часть тела;
- удержание захвата.

3. Изучение броска задней подножкой. Защита то него.

Бросок через бедро. Защита то него.

Комбинация: бросок через бедро задняя подножка.

Учи-коми к ним.

- повороты на 90^0 ;
- повороты на 90^0 влево и вправо;
- повороты на 180^0 .

Игры – эстафеты:

- с поворотами и перемещениями по татами;
- бег, сцепившись руками со спинами, в парах.

4. Перевороты в партере с переходом на удержание:

- подрывом руки и ноги;
- подрывом двух рук;
- из положения лёжа;
- переворот с захватом руки и ноги от себя;

- переворот с захватом руки и ноги на себя.

5. Удержание сбоку, поперёк.

Защита от удержания захватом ноги противника.

6. Изучение «Коси-гурума». Изучение «Осото-гари».

7. Схватки.

Вольные схватки.

Игровые схватки.

Учебные схватки.

СПОРТИВНО-ИГРОВАЯ ПОДГОТОВКА.

1. Игровая подготовка на развитие равновесия, координации.

- пятнашки на одной ноге;
- игра «Бой петухов»;
- прохождение по гимнастической скамейки;
- игра «Сбросить противника с гимнастической скамейки»;
- игра «Зацеп»;
- игра «Ковбой»;
- игра «Кто устоит?».

2. Игровое задание на развитие силы:

- игра «Достань предмет»;
- «Сильная рука»;
- «Борьба»;
- «Упрямы»;
- «Кто сильнее?».

3. Игры на развитие акробатических способностей, развитие вестибулярного аппарата:

- пятнашки кувырками, перекатами;
- игра «Дзюдо».

4. Игры на развитие ловкости, скоростных качеств:

- игра «Цепи»;
- игра «Три кольца»;
- игра «Догнать хвост».

5. Развитие дистанции, ловкости, реакции:

- пятнашки ногами без захвата и с захватами;
- пятнашки руками;
- захватить определённую часть тела соперника.

6. Эстафеты.

2.2. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

1. ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА ТРЕНИРОВОЧНЫХ ВОЗДЕЙСТВИЙ:

- общеразвивающие упражнения;
- подвижные игры и игровые упражнения;
- элементы акробатики;
- прыжки и прыжковые упражнения;
- метание лёгких снарядов;
- спортивно-силовые упражнения.

2. ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ:

- игровой;
- повторный;
- равномерный;
- соревновательный.

3. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ:

- создание предпосылки с целью дальнейшей успешной специализации в борьбе дзюдо.

4. ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ТРЕНИРОВКИ:

- подвижные игры;
- упражнения в комплексе;
- базовые элементы единоборства;
- образный показ;
- наглядный метод;
- объяснения;
- беседы, сообщения.

5. МЕТОДИКА КОНТРОЛЯ:

Основными критериями оценки занимающихся на этапе спортивно – оздоровительной подготовки являются:

- показатели физического здоровья, физического развития;
- регулярность посещений занятий;
- уровень общей специальной подготовки;
- отсутствие медицинских показателей для занятий.

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ – основное требование к повышению качества обучения детей элементам единоборства.

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ – проведение открытых занятий с рассказом и показом всех упражнений домашнего задания обеспечит необходимый контроль и помощь; проведение родительских собраний; беседы

ПРИМЕРНЫЕ ПЛАНЫ ТРЕНИРОВОК

Тренировка по освоению акробатических упражнений.

Задача тренировки:

1. Научить выполнять по команде кувырки вперёд, назад, боком.
2. Способствовать правильному выполнению акробатических упражнений.

Место занятий: татами или спортивный зал с гимнастическими матами

Части урока	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
Подготовительная	Вход в зал. Построение в шеренгу. Равнение по носкам. Стойка «Смирно». Приветствие. Проверка посещаемости.	5 мин.	
Основная	Игра «Разминка» Демонстрация кувырка вперёд, назад. Самостоятельные кувырки детей. Игра «Пятнашки»	15мин. 8-10мин.	Включить элементы гимнастических упражнений общеразвивающего характера. Обратить внимание на ошибки.
Заключительная	Построение. Подведении итогов тренировки.	2мин.	Успокоить детей, направить их внимание на

	Организованный уход из зала.		следующий урок
--	------------------------------	--	----------------

Примерный план тренировок на развитие равновесия, координации.

Задачи тренировки:

1. Разучивание упражнений на равновесие и координацию.
2. Воспитание выдержки, ориентировки.

Место занятий: физкультурный зал.

Инвентарь: гимнастические скамейки.

Части урока	Содержание	Дозировка	Организационно - методические указания
Подготовительная	Вход в зал. Построение в шеренгу. Равновесие по носкам. Стойка «Смирно». Приветствие. Проверка посещаемости. Ходьба обычная, на носках, с хлопками, пробежками. Лёгкий бег. Установка снаряда.	5 мин.	Обратить внимание на осанку.
Основная	Ходьба по скамейки. Игра «Кто устоит?» Игра «Пятнашки». Игра «Бой петухов».	10 мин. 8мин. 2мин. 3 мин.	Выполнять упражнение поточно. Каждый по 3 раза.
Заключительная	Построение.	2мин.	Замечания на

	Подведение итогов Задачи следующей тренировки Организованный уход из зала.		тренировке.
--	--	--	-------------

Список литературы для преподавателя.

1. Алямовская В., Физкультура в детском саду. - М.; «Чистые пруды», 2005.
2. Акопян А.О., Кащавцев В.В., Клименко Т.П. Дзюдо. Программа – М.; Советский спорт, 2003.
3. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культуры в ДОУ. М.; 2005.
4. Епифанов В.А., Апанасенко Г.Л. – М.; Медицина, 1990.
5. Лескова Г.П. Общеобразовательные упражнения в детском саду. – М.; Просвещение, 1981.
6. Путин В., Шестаков В., Левицкий А. «Дзюдо: история, теория, практика». Архангельск. «СК», 2000.
7. Рейнгард Кетельхут. Дзюдо для детей. Увлекательное пособие для девочек и мальчиков – М.; «Терра - Спорт». Олимпия PRESS, 2003.
8. Степаненкова Э. – Методика физического воспитания – М.; «Воспитание дошкольника», 2005.
9. Фомина А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду. – М.; Просвещение, 1984.

Список литературы для детей и родителей.

1. Алямовская В., Физкультура в детском саду. – М.; «Чистые пруды», 2005.
2. Лескова Г.П. Общеобразовательные упражнения в детском саду. – М.; Просвещение, 1981.
3. Рейнгард Кетельхут. Дзюдо для детей. Увлекательное пособие для девочек и мальчиков. – М.; «Терра - Спорт». Олимпия PRESS, 2003.

Календарный учебный график

I. Общие положения

1.1. Настоящий Календарный учебный график отражает основные требования к режиму занятий несовершеннолетних обучающихся Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения Снежинского городского округа «Детский сад комбинированного вида №13» (далее - МАДОУ), посещающих платные образовательные услуги в 2017-2018 учебном году.

1.2. Настоящий Календарный учебный график разработан в соответствии с:

– Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» п.2 ст. 30;

– постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (далее - СанПиН) раздел 11.

– Уставом МАДОУ №13

1.3. Изменения в график могут вноситься в связи с изменениями в законодательстве в установленном порядке.

II. Режим функционирования МАДОУ

2.1. Дошкольное образовательное учреждение работает по 5-ти дневной рабочей неделе.

2.2. Режим работы с 6.48 до 19-00.

2.3. В субботу, воскресенье и праздничные дни МАДОУ не работает.

2.4. Дополнительное образование осуществляется в соответствии с разработанными в МАДОУ №13 Дополнительными общеобразовательными общеразвивающими программами.

2.5. Образовательный процесс в 2018-2019 учебном году осуществляется в соответствии с санитарно-гигиеническими правилами и возрастом воспитанников, регламентом образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам.

III. Режим образовательной деятельности по программам дополнительного образования и учебной нагрузки воспитанников

3.1. Реализация дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ осуществляется во второй половине дня за пределами реализации Основной образовательной программы МАДОУ №13 или Адаптированной основной образовательной программы МАДОУ №13.

3.2. Образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам осуществляется в течение учебного года.

3.3. Учебный год продолжается с 01 октября по 31 мая.

3.4. Ежегодно в августе составляется регламент образовательной деятельности по программам дополнительного образования на учебный год в соответствии с требованиями действующих СанПиН, который утверждается приказом заведующего МАДОУ.

3.5. Регламент доводится до общественности в следующих формах:

– размещение на официальном Интернет-сайте МАДОУ;

– размещение на групповых информационных стендах.

3.6. В МАДОУ в течение учебного года устанавливаются каникулы (в виде развлечения), которые определены календарем тематических недель, утвержденным в МАДОУ, в соответствии с Основной образовательной программой МАДОУ №13 или Адаптированной основной программой МАДОУ №13. В дни каникул образовательная деятельность по общеобразовательным общеразвивающим программам не проводится.

IV. Требования к образовательной деятельности по программам дополнительного образования.

1.1. Регламент образовательной деятельности по программам дополнительного образования составляется сроком на один учебный год и утверждается приказом заведующего МАДОУ.

1.2. Продолжительность образовательной деятельности по программам дополнительного образования составляет:

- для детей от 3 до 4-х лет - не более 15 минут;
- для детей от 4-х до 5-ти лет - не более 20 минут;
- для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут,
- для детей от 6 до 7 лет – не более 30 минут.

1.3. В середине образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

**Учебный график образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным
общеразвивающим программам
(платные образовательные услуги)
Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения Снежинского
городского округа «Детский сад комбинированного вида 13»
на 2018-2019 учебный год**

	октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май								
услуга	1-4	7-11	14-18	21-25	28-01	05-09	11-15	18-22	25-29	09-13	16-20	23-27	30-31	01-08	09-11	13-17	20-24	27-31	03-07	10-14	17-21	25-28	02-06	10-13	16-20	23-27	30-03	06-10	13-17	20-24	27-30	06-08	12-15	18-22	25-29		
1	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	К	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	Д

Условные обозначения:

-
- Д – диагностика
- У - проводится НОД по всем образовательным программам
- К - каникулы
1. «Олимп»

Итого: 34 учебных недели (включая диагностические мероприятия), 1 неделя - зимние каникулы

Учебный план

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение Снежинского городского округа «Детский сад комбинированного вида №13» (далее – МАДОУ №13) осуществляет образовательную деятельность в интересах личности ребенка, общества и государства, обеспечивает охрану здоровья и создание благоприятных условий для разностороннего развития личности, в том числе создает возможность удовлетворения воспитанника в самообразовании и получении дополнительного образования, путем реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ различной направленности.

Учебный план образовательной деятельности по программам дополнительного образования составлен в соответствии с:

- Конвенцией о правах ребенка ООН;
- Законом Российской Федерации №273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Законом Российской Федерации «О защите прав потребителей»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года № 1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказом Министерства образования от 29.08.2013г. №1008г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Правительства Российской Федерации от 15 августа 2013 года № 706 «Правила оказания платных образовательных услуг»;
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организациях (Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1. 3049-13 от 15.05.2013 года №26);
- Уставом МАДОУ №13;
- Лицензией на основании лицензии № 10585 серия 74 Л01 № 0000604, выданной Министерством образования и науки Челябинской области на срок с 06.06.2013 г. бессрочно;

– Положением «О порядке предоставления платных образовательных услугах МАДОУ №13».

Учебный план отражает специфику работы МАДОУ №13 по оказанию платных образовательных услуг.

К платным образовательным услугам относятся те услуги, которые предоставляются только по запросу, по желанию родителей и не включаются в базисный план дошкольного образовательного учреждения. При этом платные образовательные услуги не могут быть оказаны вместо образовательной деятельности, финансируемой за счет средств бюджета.

Учебный план по платным образовательным услугам отражает:

- специализацию образовательной деятельности;
- продолжительность образовательной деятельности;
- количество часов.

Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы, реализуемые в образовательном учреждении имеют следующие направленности:

1. Социально-педагогическая направленность
2. Художественная направленность
3. Физкультурно-спортивная направленность.
4. Техническая направленность.

Для оказания платных образовательных услуг МАДОУ №13 создает следующие необходимые условия:

- изучение спроса родителей (законных представителей) на предоставляемые услуги;
- соответствие действующим санитарным правилам и нормам;
- соответствие требованиям по охране и безопасности здоровья потребителей услуг;
- качественное кадровое обеспечение;
- необходимое программно-методическое и техническое обеспечение.

Учебный план раскрывает содержание работы по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам для детей в возрасте от 3 до 7 лет в их свободное время. Прием воспитанников осуществляется на основе свободного выбора детьми и их родителями дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Деятельность по организации дополнительного образования детей осуществляется на основе дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Учебный год по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам: «Мишутка Тедди» в 2018-2019 учебном году начинается: 01 октября (в соответствии с учебным графиком (34 недели)).

Платные образовательные услуги в МАДОУ №13 организуются во вторую половину дня за рамками освоения Основной образовательной программы дошкольного образования МАДОУ №13 и Адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования МАДОУ №13 с 16.00 до 17.30 во время свободной деятельности детей.

Образовательная деятельность проводится по подгруппам по 7 – 12 человек при обязательном соблюдении санитарно - гигиенических требований к организации образовательного процесса, предусмотренных СанПин 2.4.1. 3049-13.

Продолжительность образовательной деятельности по платным образовательным услугам составляет:

- для обучающихся от 3 до 4 лет – не более 15 минут,
- для обучающихся от 4 до 5 лет – не более 20 минут,
- для обучающихся от 5 до 6 лет – не более 25 минут,
- для обучающихся от 6 до 7 лет – не более 30 минут.

Приложение к учебному плану

№	Наименование дополнительной платной образовательной услуги	Форма предоставления услуги	Наименование образовательной программы	Количе ство часов		Срок реализации программы	Возраст обучающихся	Ф.И.О. преподаватель, должность
				в неделю	В год			
1.	«Олимп»	подгруппо вая	Дополнительная общеобразователь ная общеразвивающая программа физкультурно- спортивной направленности	2	68	1 год	с 5-7 лет	Аккуин Александр Данисович, тренер