

Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Дворец творчества детей и молодежи» г. Воркуты

**ПАСПОРТ**  
**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ**  
**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**  
**«Мозаика здоровья»**

|   |   |
|---|---|
| <b>Направленность ОП</b>                                    | Художественная  |
| <b>Адресат ОП</b>   | 5-8 лет   |
| <b>Уровень освоения ОП</b>                                  | Стартовый (ознакомительный)   |
| <b>Срок реализации ОП</b>                                   | 1 год   |
| <b>Дата рассмотрения и принятия программы, протокол</b>     | Рекомендовано Методическим советом МУДО «ДТДиМ» г.23.05.2024, Протокол № 6<br>Утверждено Приказом директора МУДО «ДТДиМ» г. Воркуты от 29.05.2024 № 505   |
| <b>Разработчики ОП</b><br><b>Должность</b>                  | Нестерова Марина Сергеевна<br>педагог дополнительного образования   |
| <b>Нормативное обеспечение образовательной программы ОУ</b> | Дополнительная образовательная программа «Мозаика здоровья» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:<br><ol style="list-style-type: none"><li>1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</li><li>2. Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р).</li><li>3. Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”.</li><li>4. «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28;</li><li>5. Рекомендациями «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные программы) (приложение к информационному письму Министерства образования и молодежной политики Республики Коми от 19.09.2019 г. № 07-13/631).</li><li>6. Приказом Минтруда России от 22.09.2021 N 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 N 66403);</li></ol> Уставом Муниципального учреждения дополнительного |

|                                     |   |
|-------------------------------------|---|
|                                     | образования «Дворец творчества детей и молодежи» г. Воркуты.  |
| <b>Актуальность ОП</b>              | <p>Здоровье детей – результат сложнейшего взаимодействия человека с природой и обществом. Оно зависит от генетических задатков, социальных, культурных, экологических, медицинских и других факторов. Окружающий ребёнка мир формирует ценностное отношение к своему здоровью.</p> <p>В последнее десятилетие в России отмечается тенденция к ухудшению показателей здоровья детей. Значительно снизилось число абсолютно здоровых детей, отмечается выраженный рост функциональных отклонений, хронических заболеваний, нарушений физического развития и снижения функциональных возможностей организма.</p> <p>Дошкольный и младший школьный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этом возрасте идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Если научить ребенка с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, то можно надеется, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.</p> <p>Программа направлена на сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного и младшего школьного возраста, использованием эффективных здоровьесберегающих методов и приемов в образовательном процессе, а также оздоровительной методики «игрового стретчинга».</p> <p>Игровой стретчинг основан на статических растяжках мышц тела и суставно - связочного аппарата рук, ног и позвоночника, позволяющих предотвратить нарушение осанки и исправить ее, оказывает глубокое оздоровительное воздействие на весь организм. Программа помогает раскрыть и самостоятельно использовать накопленный опыт двигательных знаний. Занятия способствуют развитию игровых, творческих возможностей.</p> |
| <b>Отличительная особенность ОП</b> | <p>Программа построена по модульному принципу, где все содержание программы разделено на учебные модули: 1 модуль «Основы здорового образа жизни», 2 модуль «Игровой стретчинг», 3 модуль «Азбука танца».</p> <p>В каждом модуле своя система средств, приемов, с помощью и посредством которых достигается интегрирующая дидактическая цель в совокупности всех модулей конкретной учебной дисциплины. Цель всей дисциплины: приобщение учащихся к здоровому образу жизни.</p> <p>Модульная система обучения является на сегодняшний день одной из наиболее перспективных и актуальных.</p> <p>Вовлечение учащихся в активные занятия физической</p>   |

|                  |   |
|------------------|---|
|                  | <p>культурой и стретчингом через игры. В игровой форме учащимся даются базовые правила ЗОЖ и основы хореографии, что для детей дошкольного и младшего школьного возраста является наиболее предпочтительной формой обучения. А так же формирование у дошкольников и младших школьников осознанного отношения к собственному здоровью и формировании потребности в здоровом образе жизни в климатических условиях крайнего севера.</p>   |
| <b>Цель ОП</b>   | <p>Приобщение учащихся к здоровому образу жизни, средствами стретчинга и хореографии.</p>   |
| <b>Задачи ОП</b> | <p style="text-align: center;"><b>1 модуль «Основы здорового образа жизни»</b></p> <p><b>Образовательная задача модуля:</b> получить знания о здоровом образе жизни.</p> <p><b>Учебные задачи модуля:</b></p> <p><b>Обучающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• познакомить с понятием «здоровый образ жизни»: здоровое питание, распорядок дня, личная гигиена, активный образ жизни;</li> <li>• обучить правилам безопасной жизнедеятельности.</li> </ul> <p><b>Развивающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать познавательные психические процессы: внимание, память, мышление;</li> <li>• развивать коммуникативную компетенцию: умение слушать и вести диалог со сверстниками и педагогом;</li> <li>• развивать информационную компетенцию: умение анализировать и применять в деятельности новую информацию.</li> </ul> <p><b>Воспитательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать осознанное отношение к своему здоровью;</li> <li>• сформировать компетенцию эмоционального интеллекта: уметь контролировать свои эмоции;</li> <li>• формировать компетенцию коллективной работы: умение взаимодействовать в группе сверстников.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>2 модуль «Игровой стретчинг»</b></p> <p><b>Образовательная задача модуля:</b> получить навыки выполнения комплекса упражнений стретчинга.</p> <p><b>Учебные задачи модуля:</b></p> <p><b>Обучающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• познакомить с понятием «стретчинг»;</li> <li>• познакомить с правилами выполнения стретчинга;</li> <li>• обучить выполнению комплекса упражнений стретчинга;</li> <li>• обучить выполнению упражнений, способствующих профилактике плоскостопия;</li> <li>• обучить правилам безопасного поведения на занятиях стретчингом.</li> </ul> <p><b>Развивающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать координационные способности;</li> </ul> |

|   |  |
|---|--|
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать физические качества: гибкость, равновесие, выносливость, ловкость;</li> <li>• развивать коммуникативную компетенцию: умение общаться и взаимодействовать со сверстниками и с другими людьми;</li> <li>• развивать информационную компетенцию: умение анализировать и применять в деятельности новую информацию;</li> <li>• развивать компетенцию эмоционального интеллекта: уметь управлять своими эмоциями.</li> </ul> <p><b>Воспитательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать осознанное отношение к своему здоровью;</li> <li>• воспитывать самостоятельность, дисциплинированность.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>3 модуль «Азбука танца»</b></p> <p><b>Образовательная задача модуля:</b> получить навыки исполнения хореографических элементов.</p> <p><b>Учебные задачи модуля:</b></p> <p><b>Обучающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать понятие о хореографическом искусстве, как основе здорового образа жизни;</li> <li>• познакомить с жанрами музыкальных произведений;</li> <li>• обучить выполнению классического экзерсиса;</li> <li>• обучить выполнению партерной гимнастики;</li> <li>• обучить правилам безопасного поведения на занятиях хореографией.</li> </ul> <p><b>Развивающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать познавательные психические процессы: внимание, память, воображение, мышление;</li> <li>• развивать музыкальные способности: музыкальный слух, ритм;</li> <li>• развивать физические качества: гибкость, ловкость, сила, быстрота;</li> <li>• развивать способность слушать и вступать в диалог, выражать свою точку зрения и принимать точку зрения других.</li> </ul> <p><b>Воспитательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать интерес к хореографическому искусству;</li> <li>• воспитывать эмоционально-волевые качества: настойчивость, трудолюбие, терпение.</li> </ul> |
| Планируемые результаты освоения учащимися программы | <p><b><u>По окончании 1 модуля обучения</u></b></p> <p><b><i>Предметные результаты:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Владеют знаниями о ЗОЖ;</li> <li>• Соблюдают правила безопасности жизнедеятельности.</li> </ul> <p><b><i>Метапредметные результаты:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Демонстрируют внимание, мышление, память, воображение;</li> <li>• Способны вести диалог со сверстниками и педагогом;</li> <li>• Воспринимают и применяют информацию в своей</li> </ul>   |

|  |   |                  |                          |                          |                        |                        |
|--|---|------------------|--------------------------|--------------------------|------------------------|------------------------|
|  | деятельности.   |                  |                          |                          |                        |                        |
|  | <b>Личностные результаты:</b>   |                  |                          |                          |                        |                        |
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Проявляют интерес к здоровому образу жизни;</li><li>• Контролируют свои эмоции.</li><li>• Взаимодействуют в группе сверстников.</li></ul>   |                  |                          |                          |                        |                        |
|  | <b>По окончании 2 модуля обучения:</b>  |                  |                          |                          |                        |                        |
|  | <b>Предметные результаты:</b>   |                  |                          |                          |                        |                        |
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Сформированы знания о стретчинге;</li><li>• Соблюдают правила выполнения стретчинга;</li><li>• Выполняют комплекс упражнений стретчинга;</li><li>• Выполняют упражнения, способствующие профилактике плоскостопия;</li><li>• Соблюдают правила безопасного поведения на занятиях стретчингом.</li></ul>                                     |                  |                          |                          |                        |                        |
|  | <b>Метапредметные результаты:</b>   |                  |                          |                          |                        |                        |
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Демонстрируют координационные способности;</li><li>• Демонстрируют физические качества: гибкость, равновесие, выносливость, ловкость;</li><li>• Способны общаться и взаимодействовать со сверстниками и с другими людьми;</li><li>• Анализируют и применяют информацию в своей деятельности;</li><li>• Управляют своими эмоциями.</li></ul> |                  |                          |                          |                        |                        |
|  | <b>Личностные результаты:</b>   |                  |                          |                          |                        |                        |
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• демонстрируют осознанное отношение к своему здоровью;</li><li>• проявляют самостоятельность, дисциплинированность.</li></ul>  |                  |                          |                          |                        |                        |
| <b>По окончании 3 модуля обучения:</b>   |   |                  |                          |                          |                        |                        |
| <b>Предметные результаты:</b>  |   |                  |                          |                          |                        |                        |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Владеют знаниями о хореографическом искусстве, как основе здорового образа жизни;</li><li>• Владеют знаниями жанров музыкальных произведений;</li><li>• Выполняют основные элементы классического экзерсиса;</li><li>• Выполняют партерную гимнастику;</li><li>• Соблюдают правила безопасного поведения на занятиях хореографией.</li></ul> |   |                  |                          |                          |                        |                        |
| <b>Метапредметные результаты:</b>  |   |                  |                          |                          |                        |                        |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Демонстрируют внимание, память, мышление и воображение;</li><li>• Проявляют музыкальные способности: музыкальный слух, ритм;</li><li>• Демонстрируют физические качества: ловкость, быстрота, сила;</li><li>• Способны слушать и вступать в диалог со сверстниками и педагогом.</li></ul>  |   |                  |                          |                          |                        |                        |
| <b>Личностные результаты:</b>  |   |                  |                          |                          |                        |                        |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Проявляют интерес к хореографическому искусству;</li><li>• Демонстрируют морально-волевые качества: терпение, настойчивость, трудолюбие.</li></ul>   |   |                  |                          |                          |                        |                        |
| Режим занятий  | Модуль  | Возраст учащихся | Кол-во учащихся в группе | Количество часов занятия | Периодичность в неделю | Количество часов в год |

|                                  |  |          |    |                  |        |          |
|----------------------------------|--|----------|----|------------------|--------|----------|
|                                  | 1, 2, 3  | 5 -7 лет | 15 | 2 часа х 30 мин. | 2 раза | 144 часа |
|                                  | 1, 2, 3  | 8 лет    | 15 | 2 часа х 45 мин. | 2 раза | 144 часа |
| <b>Формы контроля/аттестации</b> | <p>Оценка результатов обучения – это важный процесс, помогающий осуществлять контроль за усвоением программного материала.</p> <p>На занятиях используется <b>контроль педагога</b> – по форме может быть фронтальным, групповым, индивидуальным.</p> <p>Контроль за образовательной деятельностью, должен быть систематическим, результаты аргументированными. Исходя из этого, используются <i>разные виды диагностики и контроля</i>:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Входная диагностика;</li> <li>2. Промежуточная аттестация;</li> <li>3. Итоговая диагностика.</li> </ol> <p><b>Оценочные материалы</b></p> <p><b>Модуль 1.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Диагностические материалы входной диагностики (Приложения № 1,2);</li> <li>2. Диагностические материалы промежуточной аттестации (Приложения № 3,4);</li> <li>3. Диагностические материалы итоговой диагностики (Приложения № 5,6).</li> <li>4. Диагностические материалы оценки метапредметных результатов (Приложение № 7,8);</li> </ol> <p><b>Модуль 2.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Диагностические материалы входной диагностики (Приложения № 9,10);</li> <li>2. Диагностические материалы промежуточной аттестации (Приложения № 11,12);</li> <li>3. Диагностические материалы итоговой диагностики (Приложения № 13,14);</li> <li>4. Диагностические материалы оценки метапредметных результатов (Приложение № 15, 16);</li> </ol> <p><b>Модуль 3.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Диагностические материалы входной диагностики (Приложения № 17,18);</li> <li>2. Диагностические материалы промежуточной аттестации (Приложения № 19,20);</li> <li>3. Диагностические материалы итоговой диагностики (Приложения № 21,22);</li> <li>4. Диагностические материалы оценки метапредметных результатов (Приложение № 23, 24);</li> </ol> |          |    |                  |        |          |