

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 104 «СОЛОВУШКА» ГОРОДСКОГО ОКРУГА ТОЛЬЯТТИ

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
МБУ детского сада № 104 «Соловушка»
Протокол № 5 от «27» мая 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий О.А. Кичатова
(Приказ № 73-од от 27.05.2024 г.)

**Дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-
спортивной направленности для детей дошкольного возраста
(5-7 лет) «Веселый фитбол»**

Автор: И.Н. Долбасова

Один год обучения

г. Тольятти
2024-2025

Содержание:

I. Комплекс основных характеристик программы	3
1. Пояснительная записка	3
1.1 Направленность (профиль) программы	3
1.2 Актуальность программы	3
1.3 Отличительные особенности программы	4
1.4 Адресат программы	4
1.5 Объем программы	4
1.6 Формы обучения	4
1.7 Методы обучения	4
1.8 Тип занятия	5
1.9 Формы проведения занятий	5
1.10 Срок освоения программы	5
1.11 Режим занятий	5
2. Цель и задачи программы	5
2.1 Цель программы	5
2.2 Задачи программы	5
3. Содержание программы	6
3.1 Учебный (тематический) план	6
3.2 Содержание учебно-тематического плана	6
4. Планируемые результаты	19
II. Комплекс организационно - педагогических условий	20
1. Календарный учебный график	20
2. Условия реализации программы	20
3. Формы аттестации	20
4. Оценочные материалы	20
5. Методические материалы	21
III. Список литературы	22
1. Основная	22
2. Дополнительная	22

I. Комплекс основных характеристик программы

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности для детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет) «Веселый футбол» (далее по тексту – Программа) разработана на основе и с учетом Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 (последняя редакция); Приказа Министерства просвещения Российской Федерации № 629 от 27.07.2022 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Письма Министерства образования и науки РФ № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации»; Письма Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций"; Письма Министерства образования и науки Самарской области № МО-16-09-01/826-ТУ от 03.09.2015; Письма Минобрнауки Самарской области № МО/1141-ТУ от 12.09.2022 г. «О направлении Методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»; Приказа министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»; Приказа Департамента образования администрации городского округа Тольятти от 18.11.2019 года №443-пк/3.2 "Об утверждении правил Персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городском округе Тольятти на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам", а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области физического воспитания.

1.1 Направленность программы

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

1.2 Актуальность программы

Для решения проблем оздоровления детей и профилактики различных заболеваний недостаточно традиционных форм и методов работы по физическому развитию дошкольников. Необходимо искать эффективные технологии, способствующие профилактике и коррекции психофизического развития детей. Одной из таких технологий является использование футбол-гимнастики. Это новое современное направление оздоровительной работы с использованием мячей большого размера. Программа направлена на создание условий для оздоровления дошкольников посредством занятий футбол - гимнастикой, которая формирует двигательную сферу ребенка в развитии силы мышц, поддерживающих правильную осанку; способности удерживать равновесие, развивает физические качества: выносливость, ловкость, быстрота, гибкость. Систематическое использование футболов с детьми 5-7 лет способствует улучшению координации движений, снижению нарушений опорно-двигательного аппарата, активизации дыхательной системы. Мячи-футболы оказывают на организм ребенка мощное вибрационное воздействие. Вибрация благоприятно воздействует на позвоночник, суставы и окружающие ткани, что способствует профилактике и коррекции нарушений осанки. Также она способствует

лучшему оттоку лимфы и венозной крови, увеличивает сократительную способность мышц, оказывает стимулирующее воздействие на функцию коры надпочечников, усиливает перистальтику кишечника, функцию желудка, печени, активизирует обмен веществ, улучшает работу сердечно-сосудистой, нервной и дыхательной систем организма. Упражнения сидя на мяче по своему физиологическому воздействию способствуют лечению таких заболеваний как остеохондроз, сколиоз, невралгии и множество других. Они так же тренируют вестибулярный аппарат, развивают координацию движений и функцию равновесия, содействуют развитию двигательных способностей и повышают положительный эмоциональный фон занятий.

1.3 Отличительные особенности Программы

Программа является органичным дополнением к основному физическому воспитанию детей дошкольного возраста, создает условия для оздоровления дошкольников посредством занятий футбол - гимнастикой, которая формирует двигательную сферу ребенка в развитии силы мышц, поддерживающих правильную осанку; способности удерживать равновесие, развивает физические качества: выносливость, ловкость, быстрота, гибкость.

Идея программы заключается в организации соответствующей индивидуальным особенностям деятельности дошкольников, его гармоничного развития, оздоровления и укрепления здоровья, профилактики различных заболеваний и приобщения к здоровому образу жизни.

Основой для создания данной программы послужили следующие программы и методики:

- Клубкова Е.Ю. «Фитбол-гимнастика в оздоровлении организма».
- Веселовская С.В. «Фитбол тренинг».
- «Программа по футбол-аэробике «Танцы на мячах» (авторы: Сайкина Е.Г., Кузьмина С.В.).

1.4 Адресат программы

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте от 5 до 7 лет.

1.5 Объем программы

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом Учреждения на реализацию Программы составляет:

- Количество часов в год – 36
- Общее количество часов за 1 год – 36

1.6 Формы обучения

Форма обучения по Программе - очная, групповая. Нормы наполнения групп – 10 обучающихся.

1.7 Методы обучения

Одним из главных методов воспитания является избирательный способ регулирования нагрузки и порядок сочетания её с отдыхом. В дошкольном возрасте нервная система и весь организм ребёнка в целом обладают чрезвычайной пластичностью, податливостью к внешним воздействиям.

Словесные методы: обращённые к сознанию детей, помогающие осмыслению поставленной перед ними задачи и сознательному выполнению двигательных

упражнений.

Наглядные методы: под наглядными методами понимаются характер изучения и усвоения заданий через наблюдение и демонстрацию.

Практические методы: связанные с практической двигательной деятельностью детей, обеспечивающие действенную проверку правильности восприятия движений на собственных мышечно-моторных ощущениях. Один из таких методов игровой – близкий к ведущей деятельности дошкольного возраста, наиболее специфичный и эмоционально - эффективный в работе с ними, учитывающий элементы наглядно - образного и наглядно-действенного мышления.

Методы стимулирования (методы побуждения к какой – либо деятельности): требования, постановка перспективы, поощрение, одобрение.

I.8 Тип занятия

Основными типами занятий по Программе являются:

- **Комбинированные** – изложение материала, закрепление полученных знаний;
- **Подача нового материала;**
- **Закрепление знаний, умений и навыков** – постановка задачи и самостоятельная работа ребенка под руководством педагога.

I.9 Формы проведения занятий

Основной формой организации образовательного процесса является занятие в форме игры, тренировки.

I.10 Срок освоения программы

Исходя из содержания Программы предусмотрены следующие сроки освоения программы обучения:

- 36 недель в год;
- 9 месяцев в год;
- всего 1 год.

Включение детей в образовательный процесс возможно на любом этапе реализации программы, т.к. допускается усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому обучающемуся.

I.11 Режим занятий

Периодичность проведения занятий – 1 раз в неделю. Продолжительность одного занятия:

- старшая группа (5-6 лет) - 25 минут;
- подготовительная к школе группа (6-7 лет) - 30 мин.

2. Цели и задачи Программы

2.1 Цель Программы

Цель программы - развитие физических качеств и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

2.2. Задачи программы

Оздоровительные:

- Укреплять здоровье детей с помощью фитболов.

- Совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям с помощью фитболов.

Образовательные: развивать двигательную сферу ребенка и его физические качества: выносливость, ловкость, быстрота, гибкость.

Воспитательные: воспитывать интерес и потребность в физических упражнениях и играх.

Развивающие: развивать силу мышц, поддерживающих правильную осанку.

3. Содержание программы

3.1 Учебный (тематический) план

№	Тема	Кол-во часов
1	Мой веселый, звонкий мяч	1
2	Этот интересный мяч	1
3	Забавный фитбол	1
4	У жирафа пятна, пятна	1
5	Буратино	1
6	Часики	1
7	Мячики	1
8	Быстрый, ловкий мяч	1
9	Веселая зарядка	1
10	Муравьишки	1
11	Обезьянки на мячах	1
12	Бусинки	1
13	Аэробика для малышей	1
14	Незнайки	1
15	Веселые зайчата	1
16	Воздушный шар	1
17	Вместе весело скакать	1
18	Кенгурята	1
19	Светофорчик	1
20	Бармалей и куклы	1
21	Воробьиная дискотека	1
22	Этот мячик не простой	1
23	Аэробика для зверят	1
24	В стране смешариков	1
25	Два мяча	1
26	Колеса	1
27	Новый день	1
28	Морское путешествие	1
29	Гонка мячей	1
30	Теремок – фитбол сказка	1
31	Буратино в гостях у детей	1
32	Цирк, цирк, цирк!	1
33	Гроза – фитбол-ритмика	1
34	Ты катись веселый мячик	1
35	Фея моря – ритмический комплекс	1
36	Мой друг - ФИТБОЛ	1

3.2 Содержание учебно-тематического плана

Учебно-практический материал включает в себя формирование умений, навыков и развитие двигательных способностей средствами фитбол - гимнастики, которые представлены:

- «Фитбол - ритмикой»,
- «Фитбол - атлетикой»,
- «Фитбол - коррекцией»
- «Фитбол - игрой»,

а так же самостоятельными заданиями для детей, которые служат дополнением к изучению программного материала.

Упражнения раздела **«Фитбол-ритмика»** являются основой для развития чувства ритма, способствуют свободному, красивому и координированному выполнению занимающимися движений под музыку, соответственно её структурным особенностям, характеру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности.

В этот раздел входят: специальные упражнения для согласования движений с музыкой (ритмика), базовые шаги фитбол - аэробики, ритмические и сценические танцы. Обретая свободу движений, ребенок может самореализовываться через образ, пластику, показательные выступления, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу.

Раздел **«Фитбол-атлетика» (Фитбол–упражнения)** имеет общеукрепляющую направленность и включает в себя упражнения, направленные на формирование и укрепление различных мышечных групп (рук, ног, туловища), развитие подвижности суставов, а также силовой и общей (аэробной) выносливости.

Использование данных упражнений, кроме радостного настроения, свободного выражения своих эмоций и мышечной нагрузки, дает возможность ребенку повысить уровень физической подготовленности, проявить упорство, терпение и выдержку.

Раздел **«Фитбол-коррекция»** состоит из упражнений коррекционно-профилактической направленности, которые являются основой оздоровления и развития детского организма, формирования у ребенка сознательного стремления к здоровому образу жизни, а также способствуют профилактике различных заболеваний и быстрому восстановлению после физической нагрузки.

В этот раздел входят упражнения для формирования, закрепления и совершенствования правильной осанки, профилактики плоскостопия, развития и укрепления сердечно-сосудистой и дыхательной систем, упражнения пальчиковой гимнастики, игрового самомассажа и расслабления.

Креативно-игровой раздел **«Фитбол-игра»** предусматривает целенаправленную работу педагога по применению специальных упражнений и творческих заданий, включение подвижных, музыкальных игр и эстафет в учебную деятельность, проведение сюжетных уроков.

Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, развивает выдумку и творческую инициативу. Благодаря использованию упражнений этого раздела, расширяются возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, внимания, раскрепощенности и свободного самовыражения.

Все упражнения выполняются под определенное музыкальное сопровождение и, в

зависимости от поставленных задач и выбора средств имеют разную целевую направленность.

При проведении занятий по футбол-гимнастике используются метод упражнений, игровой и соревновательный методы, что придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей детей дошкольного возраста.

Программа имеет гибкий характер, позволяющий, в зависимости от условий материальной базы, уровня физического развития и подготовленности занимающихся рационально варьировать содержание программы и творчески обеспечить её выполнение.

Программа включает в себя четыре этапа.

Первый этап.

1. Знакомство с основами футбол-гимнастики.

Задачи этапа и их реализация. Дать представления о форме и физических свойствах футбола.

Рекомендуемые упражнения:

- различные прокаты футбола по полу, по скамейке, между ориентирами «змейкой», вокруг ориентиров;

- отбивание футбол двумя руками на месте, в сочетании с различными видами ходьбы;

- передача футбола друг другу, броски футбола;

Футбол - игра. «Догони мяч», «Попади мячом в цель», «Вышибалы», «Докати мяч» (варианты: толкай ладонями; толкай развернутой ступней).

2. Обучить правильной посадке на футболе.

Рекомендуемые упражнения:

- сидя на футболе у твердой опоры, проверить правильность постановки стоп (стопы должны быть прижаты к полу и параллельны друг другу);

- сидя на футболе, в медленном темпе выполнять упражнения для плечевого пояса.

Например:

а) повороты головы вправо-влево;

б) поочередное поднятие рук вперед-вверх и в сторону; в) поднятие и опускание плеч;

г) скольжение руками по поверхности футбола;

д) сгибание руки к плечам, сжав кисти в кулаки, руки в стороны;

е) по сигналу встать, обежать вокруг мяча, придерживая его рукой.

3. Учить базовым положениям при выполнении упражнений (сидя, лежа, в приседе).

Рекомендуемые упражнения:

Сидя в полуприседе на носках лицом к футболу, прямые руки на футболе, колени в стороны, спина прямая.

Выполняем из положения стоя лицом к мячу: 1-2 присели, проверили положение; 3-4 встали, руки в стороны. По сигналу все разбежались в рассыпную и бегают между футболами, по другому сигналу подбежали к своим футболам и присели.

Это положение можно принимать парами у одного футбола лицом друг к другу.

– Исходное положение - упор стоя на коленях лицом к футболу, руки на футболе; присесть на пятки, футбол прижать к коленям; вернуться в исходное положение.

- Исходное положение - лежа на спине на полу, прямые ноги на фитболе, опора на пятки. Покачивать фитбол ногами вправо-влево, руки вдоль туловища. Это упражнение можно делать парами с одним фитболом, располагаясь зеркально.
- Исходное положение - лежа на спине на полу, ноги прямые на фитболе. Приподнимать таз от пола. Можно выполнять одновременно парами, располагаясь зеркально.
- Исходное положение - лежа на спине на полу, ступни ног на фитболе. Делать маленькие шаги по поверхности фитбол а вперед-назад.
- Переходы из положения упор сидя, фитбол на прямых ногах, прокатывая фитбол к груди, лечь на спину. Аналогичным способом вернуться в исходное положение.
- Исходное положение - лежа на спине на полу, ногами обхватить фитбол. Согнуть колени и сжать фитбол. Можно выполнить поочередно вдвоем. То же в положении сидя.
- Исходное положение - лежа на спине на полу, согнутые в коленях ноги лежат на фитболе, руки за головой. Поднять верхнюю часть туловища к коленям. Можно выполнять одновременно вдвоем.
- Исходное положение — лежа на спине на полу, прямые ноги вместе, руки вытянуты за головой, фитбол в руках. Передавать фитбол из рук в ноги и наоборот.
- Стоя на коленях на полу лицом к фитболу, разгибая ноги, сделать перекат в положение на живот на фитболе. Ноги и руки упираются в пол. Это упражнение лучше начинать с фитбола, диаметр которого на один размер меньше необходимого для занимающихся.
- Лежа на спине на полу, согнутые в коленях ноги лежат на фитболе. Напрягая мышцы ног, прижать фитбол к ягодицам.

Организационно - методические указания.

Структура занятий на этом этапе включает в себя традиционную разминку с различными видами ходьбы, бега, упражнениями для рук, туловища, ног, комплексы ритмической гимнастики, 5—6 упражнений с фитболом, игровые упражнения в виде эстафет, упражнения на растягивание и расслабление мышц без фитбола.

Занимающиеся с фитболами должны находиться на расстоянии 1—1,5 м друг от друга и от различных выступающих предметов в зале.

Темп и продолжительность упражнений индивидуальный.

Второй этап.

Задачи этапа и их реализация:

1. Научить сохранению правильной осанки при выполнении упражнений для рук и ног в сочетании с покачиваниями на фитболе.

Рекомендуемые упражнения:

– самостоятельно покачиваться на фитболе с опробованием установки: пятки давят на пол, спина прямая, через затылок и позвоночник фитбол как бы проходит «стержнем», выравнивающим корпус спины;

– в среднем темпе выполнять движения руками: в стороны, вверх, вперед, вниз; выполнять прямыми руками круговое вращение в лучезапястных, локтевых и плечевых суставах. Подобные движения должны вызывать самопроизвольное покачивание на фитболе. Необходимо следить за постоянным сохранением контакта с поверхностью фитбола.

Сидя на фитболе, выполнить следующие упражнения:

- ходьбу на месте, не отрывая носков;
- ходьбу, высоко поднимая колени;
- из положения ступни вместе, раздвинуть пятки в стороны и вернуться в исходное положение;
- приставной шаг в сторону: из положения сидя ноги врозь перейти в положение ноги скрестно.

2. Научить сохранению правильной осанки при уменьшении площади опоры (тренировка равновесия и координации).

Рекомендуемые упражнения:

- поочередно выставлять ноги на пятку, вперед, в сторону, руки на фитболе;
- поочередно выставлять ноги вперед, в сторону, на носок;
- то же упражнение с различными положениями рук: одна вперед, другая вверх; одна за голову, другая в сторону.

3. Обучить ребенка упражнениям на сохранение равновесия с различными положениями на фитболе.

Рекомендуемые упражнения:

- наклониться вперед, ноги врозь;
- наклониться вперед к выставленной ноге, вперед с различными положениями рук;
- наклониться в стороны поочередно, сидя на фитболе: ноги стоят на полу, руки на поясе, руки за головой, руки в стороны;
- наклониться поочередно в разные стороны к выставленной в сторону ноге с различными положениями рук;
- сохранить правильную осанку и удержать равновесие в фазных положениях: руки в стороны, одна нога вперед; поднять руки вверх; согнуть в локтях - выполнить круговые движения руками;
- сидя на фитболе, в медленном темпе сделать несколько шагов вперед и лечь спиной на фитбол, сохраняя прямой угол между голенью и бедром, пятки должны быть на полу, руки придерживают фитбол сбоку. Переступая ногами, вернуться в исходное положение.
- Исходное положение - лежа на фитболе, руки в упоре на полу. Сделать несколько шагов руками вперед и назад. Затылок, шея, спина должны быть на прямой линии.
- Исходное положение — лежа на животе на фитболе, ноги полусогнуты в «стартовом» положении на полу. Согнуть руки в локтях, ладонями вперед («крылышки»). Голову не поднимать.
- Исходное положение — лежа на животе на фитболе, руки на полу, ноги в «стартовом» положении. Поочередно поднимать ноги до горизонтали, руки должны быть согнуты, плечи - над кистями.
- В том же исходном положении поднимать поочередно ноги, сгибая в коленях.
- Исходное положение — лежа на спине на полу, прямые ноги на фитболе. Выполнять поочередно махи прямой ногой вверх.
- Исходное положение - лежа на спине на полу, руки вдоль туловища, ноги стопами опираются на фитбол. Поочередные махи согнутой ногой.
- Выполнить два предыдущих упражнения из исходного положения — руки за голову.

4. Научить выполнению упражнений в расслаблении мышц на фитболе.

Рекомендуемые упражнения:

– сидя на полу с согнутыми ногами боком к фитболу, облокотиться на фитбол, придерживая руками, расслабить мышцы шеи, спины, положить голову на фитбол и в таком положении покачаться;

– сидя на полу спиной к фитболу, придерживая его сзади руками, расслабить мышцы шеи и спины, положить голову на фитбол и покачиваться влево - вправо.

Организационно - методические указания .

При выполнении упражнений в сочетании с колебательными покачиваниями на фитболе необходимо контролировать постоянный контакте поверхностью фитбола.

Структура занятий сохраняется, но увеличивается объем упражнений на фитболе.

Можно использовать музыкально-ритмические композиции с различными перестроениями.

Третий этап.

Задачи этапа и их реализация:

1. Научить выполнению комплекса общеразвивающих упражнений с использованием фитбола в едином для всей группы темпе.

Рекомендуемые упражнения: комплексы общеразвивающих упражнений в соответствии с возрастными требованиями к занимающимся.

2. Научить выполнению упражнений на растягивание с использованием фитбола.

Рекомендуемые упражнения:

– стоя в упоре на одном колене, боком к мячу, другая нога выпрямлена и опирается на мяч ступней, выполнять медленные пружинистые покачивания;

– то же упражнение выполнять, сгибая руки;

– стоя на одном колене, спиной к фитболу, другое колено - на мяче, руки на полу.

Выполнить несколько пружинистых движений назад;

– лежа спиной на фитболе, руки в стороны, угол между голенью и бедром 90°, точка контакта с мячом - на средней линии, лопаток;

– исходное положение — то же, при «накате» на фитбол дальнюю руку поднять вверх;

– исходное положение - то же, выполнять одновременно одноименной рукой и ногой.

Четвертый этап.

Задача этапа и ее реализация:

1. Совершенствовать качество выполнения упражнений в равновесии.

Рекомендуемые упражнения:

– Исходное положение — в упоре лежа на животе на фитболе. Сгибая ноги, прокатить фитбол к груди.

– Исходное положение - то же, но опора на фитбол одной ногой.

– Лицом к фитболу, стоя на коленях, перейти в положение лежа на животе, руки в упоре, одна нога согнута.

– Аналогичное упражнение, но опора на фитбол коленом согнутой ноги, другая выпрямлена вверх.

– Лежа спиной на фитболе, руки на полу, одна нога вверх.

- Исходное положение - то же, ноги вверх.
- Лежа на животе на фитболе, поворот на спину.
- Стоя правым боком к фитболу, шаг правой через фитбол, прокат на фитболе и затем приставить левую, встать левым боком к фитболу.

Структура занятий:

I. Вводная часть. Эмоциональный настрой на занятие.

II. Основная часть. Основные виды движений.

III. Заключительная часть. Расслабление. Рефлексия.

Занятие № 1

Прокатывание фитбола по полу между предметами «змейкой», до ориентира, вокруг ориентиров.

П/и «Догони мяч».

Дыхательная гимнастика «Послушаем свое дыхание».

Цель: учить детей прислушиваться к своему дыханию, определять тип дыхания, его глубину, частоту и по этим признакам - состояние организма.

Исходное положение - стоя, сидя, лежа (как удобно в данный момент). Мышцы туловища расслаблены.

В полной тишине дети прислушиваются к собственному дыханию и определяют:

- куда попадает воздушная струя воздуха и откуда выходит;
 - какая часть тела приходит в движение при вдохе и выдохе (живот, грудная клетка, плечи или все части - волнообразно);
 - какое дыхание: поверхностное (легкое) или глубокое;
 - какова частота дыхания: часто происходит вдох-выдох и спокойно с определенным интервалом (автоматической паузой - тихое, неслышное дыхание или шумное).
- Данное упражнение можно проводить до физической нагрузки или после, чтобы дети учились по дыханию определять состояние всего организма.

Релаксация «Трясучка» или «Вибрация» (Стимулирует обменные процессы.)

Исходное положение - стоя. Полностью расслабить тело и потрясти всеми его частями, стараясь, чтобы завибрировали даже внутренние органы.

Занятие №2

Разминка. Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен. Бег. Подскоки и прыжки на двух ногах с продвижением вперед.

ОРУ на фитболе «Этот интересный МЯЧ».

Выполнение правильной посадки на мяче. Прокатывание фитбола по полу между предметами «змейкой», до ориентира, вокруг ориентиров.

П/и «Гусеница», «Цветные автомобили».

Дыхательная гимнастика «Послушаем свое дыхание» (Приложение 2).

Релаксация «Вибрация» (Приложение).

Занятие №3

Разминка. Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен. Бег. Подскоки и прыжки на двух ногах с продвижением вперед.

ОРУ с фитболом «Забавный фитбол».

П/и «Паровозик», «Докати мяч», «Гусеница».

Дыхательная гимнастика «Дышим тихо, спокойно и плавно».

Цель: учить детей расслаблять и восстанавливать организм после физической

нагрузки и эмоционального возбуждения; регулировать процесс дыхания, концентрировать на нем внимание с целью контроля за расслаблением своего организма и психики.

Исходное положение - стоя, сидя, лежа (это зависит от предыдущей физической нагрузки). Если сидя, спина ровная, глаза лучше закрыть.

Медленный вдох через нос. Когда грудная клетка начнет расширяться, прекратить вдох и сделать паузу, кто сколь сможет. Затем плавный выдох через нос (повторить 5-10 раз)

Упражнение выполняется бесшумно, плавно, так, чтобы даже подставленная к носу ладонь не ощущала струю воздуха при выдыхании.

Релаксация «Трясучка» или «Вибрация».

(Стимулирует обменные процессы.)

Исходное положение - стоя. Полностью расслабить тело и потрясти всеми его частями, стараясь, чтобы завибрировали даже внутренние органы.

Занятие №4

Разминка. Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен. Бег. Подскоки и прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Ходьба по ребристой доске, по массажным коврикам.

ОРУ. Комплекс Ритмической гимнастики «У жирафа пятна, пятна».

ОВД 1 упражнение - сидя на фитболе у твердой опоры, проверить правильность постановки стоп (прижаты к полу и параллельны друг другу);

2 упражнение – сидя на фитболе, в медленном темпе выполнять упражнения для плечевого пояса.

П/и «Паровозик» (приложение).

Занятие № 5

Разминка. Ходьба. Бег.

ОРУ сидя на фитболах «Буратино»

ОВД 1. Сидя в полуприседе на носках лицом к фитболу, прямые руки на фитболе, колени в стороны, спина прямая.

Выполнять из положения стоя, лицом к мячу: 1-2 присели, проверили положение; 3-4 встали, руки в стороны. По сигналу все разбежались в рассыпную и бегают между фитболами, по другому сигналу подбежали к своим фитболам и присели.

П/и «Догони мяч»

Дыхательная гимнастика - Дышим тихо, спокойно и плавно

Цель: учить детей расслаблять и восстанавливать организм после физической нагрузки и эмоционального возбуждения; регулировать процесс дыхания, концентрировать на нем внимание с целью контроля за расслаблением своего организма и психики.

Исходное положение - стоя, сидя, лежа (это зависит от предыдущей физической нагрузки). Если сидя, спина ровная, глаза лучше закрыть.

Медленный вдох через нос. Когда грудная клетка начнет расширяться, прекратить вдох и сделать паузу, кто сколь сможет. Затем плавный выдох через нос (повторить 5-10 раз)

Упражнение выполняется бесшумно, плавно, так, чтобы даже подставленная к носу ладонь не ощущала струю воздуха при выдыхании.

Релаксация «Цветок».

(Упражнение направлено на достижение дыхательной релаксации, в результате медленного вдоха носом происходит расслабление гладкой мускулатуры бронхов.) Исходное положение - стоя, руки опущены, глаза закрыты, делается медленный вдох, будто вдыхая аромат цветка.

Занятие № 6

Разминка. Ходьба. Бег.

ОРУ сидя на фитболах «Часики»

ОВД 1. Исходное положение - лежа на спине, на полу, прямые ноги на фитболе, опора на пятки. Покачивать фитбол ногами вправо-влево, руки вдоль туловища. Это упражнение можно делать парами с одним фитболом, располагаясь зеркально.

Исходное положение - лежа на спине, на полу, ноги прямые на фитболе. Приподнимать таз от пола. Можно выполнять одновременно парами, располагаясь зеркально.

Исходное положение - лежа на спине, на полу, ступни ног на фитболе. Делать маленькие шаги по поверхности фитбола вперед-назад.

П/и «Быстрый и ловкий», «Тучи и солнышко».

Дыхательная гимнастика «Дышим тихо, спокойно и плавно» (Приложение 2).

Релаксация «Цветок» (Приложение).

Занятие № 7

Разминка. Ходьба. Бег.

Весёлая зарядка «Мячики».

ОВД 1. Переходы из положения сидя, фитбол на прямых ногах, прокатывая фитбол к груди, лечь на спину. Аналогичным способом вернуться в исходное положение.

Исходное положение - лежа на спине, на полу, ногами обхватить фитбол. Согнуть колени и сжать фитбол.

Исходное положение - лежа на спине, на полу, согнутые в коленях ноги лежат на фитболе, руки за головой. Поднять верхнюю часть туловища к коленям.

П/и «Быстрый и ловкий»; «Светофор».

Дыхательная гимнастика «Дышим тихо, спокойно и плавно» (Приложение 2).

Релаксация «Цветок» (Приложение).

Занятие № 8

Разминка. Ходьба. Бег.

Весёлая зарядка «Быстрый, ловкий».

ОВД 1. Исходное положение — лежа на спине, на полу, прямые ноги вместе, руки вытянуты за головой, фитбол в руках. Передавать фитбол из рук в ноги и наоборот.

Стоя на коленях на полу лицом к фитболу, разгибая ноги, сделать пережат в положение на живот на фитболе. Ноги и руки упираются в пол.

Лежа на спине, на полу, согнутые в коленях ноги лежат на фитболе. Напрягая мышцы ног, прижать фитбол к ягодицам.

П/и «Паровозик».

Дыхательная гимнастика «Дышим тихо, спокойно и плавно» (Приложение 2).

Релаксация «Цветок» (Приложение).

Занятие № 9

Разминка. Ходьба на носках, ходьба «Муравьишки», «Обезьянки» с высоким подниманием колен. Бег. Подскоки и прыжки на двух ногах.

ОРУ «Весёлая зарядка» - на фитболе.

ОВД 1. Самостоятельно покачиваться на фитболе с опробованием установки: пятки давят на пол, спина прямая, через затылок и позвоночник фитбол как бы проходит «стержнем», выравнивающим корпус спины; 2. В среднем темпе выполнять движения руками: в стороны, вверх, вперед, вниз; выполнять прямыми руками круговое вращение в

лучезапястных, локтевых и плечевых суставах. Необходимо следить за постоянным сохранением контакта с поверхностью фитбола.

П/и «Бусинки».

Дыхательная гимнастика «Ушки» (Приложение 2).

Релаксация «Земля» (Приложение 3).

Занятие № 10

Разминка игровая гимнастика «Муравьишки» на фитболе.

ОВД 1. В среднем темпе выполнять движения руками: в стороны, вверх, вперед, вниз; выполнять прямыми руками круговое вращение в лучезапястных, локтевых и плечевых суставах. Подобные движения должны вызывать самопроизвольное покачивание на фитболе.

2. Сидя на фитболе, выполнить следующие упражнения:

- ходьбу на месте, не отрывая носков;
- ходьбу, высоко поднимая колени;
- из положения ступни вместе, раздвинуть пятки в стороны и вернуться в исходное положение.

Дыхательная гимнастика «Ушки» (Приложение 2).

Релаксация «Земля» (Приложение 3).

Занятие № 11

Ходьба обычная, на носках, на внешнем своде стопы, на пятках. **Бег** в среднем темпе. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ «Обезьянки на мячах» - фитбол-атлетика

ОВД 1. Сидя на фитболе, выполнить следующие упражнения:

- из положения ступни вместе, раздвинуть пятки в стороны и вернуться в исходное положение;
- приставной шаг в сторону;
- из положения сидя ноги врозь перейти в положение ноги скрестно.

2. Стоя на коленях на полу лицом к фитболу, разгибая ноги, сделать перекат в положение на живот на фитболе. Ноги и руки упираются в пол.

П/и «Цветные автомобили с мячами»

Дыхательная гимнастика «Ушки»

Занятие № 12

Разминка. Ходьба на носках, ходьба «Муравьишки», «Обезьянки» с высоким подниманием колен. Бег. Подскоки и прыжки.

ОРУ «Бусинки» игровая гимнастика

ОВД 1. Самостоятельно покачиваться на фитболе в положении лежа на животе.

2. Сидя на фитболе, выполнить следующие упражнения:

- ходьбу на месте, не отрывая носков;
- приставной шаг в сторону: из положения сидя ноги врозь перейти в положение ноги скрестно.

П/и «Птички в гнездышках»

Дыхательная гимнастика «Ушки» (Приложение 2)

Релаксация «Земля»

Занятие №13

В форме круговой тренировки «Аэробика для малышей»

Занятие № 14

Разминка игровая гимнастика «Незнайки».

ОВД 1. Упражнение сидя на фитболе:

а) поочередно выставлять ноги на пятку, вперед, в сторону, руки на фитболе; б) поочередно выставлять ноги вперед, в сторону, на носок;

в) то же упражнение с различными положениями рук: одна вперед, другая вверх; одна за голову, другая в сторону. 2. сохранить правильную осанку и удержать равновесие в разных положениях: руки в стороны, одна нога вперед; поднять руки вверх; согнуть в локтях - выполнить круговые движения руками.

П/и «Веселые зайчата».

Дыхательная гимнастика «Воздушный шар» (Приложение 2). Релаксация «Здравствуй, солнце!» (Приложение 3).

Занятие №15

Разминка игровая гимнастика «Весёлые зайчата».

ОВД 1. Упражнение сидя на фитболе: наклониться вперед, ноги врозь; наклониться вперед к выставленной ноге, вперед с различными положениями рук; наклониться в стороны поочередно, сидя на фитболе; наклониться поочередно в разные стороны к выставленной в сторону ноге с различными положениями рук;

2. сидя на фитболе, в медленном темпе сделать несколько шагов вперед и лечь спиной на фитбол, сохраняя прямой угол между голенью и бедром, пятки должны быть на полу, руки придерживают фитбол сбоку. Переступая ногами, вернуться в исходное положение.

Дыхательная гимнастика «Воздушный шар» (Приложение 2).

Релаксация «Здравствуй, солнце!»

Занятие № 16

Разминка игровая гимнастика «Воздушный шар».

ОВД 1. И.п. - лежа на фитболе, руки в упоре на полу. Сделать несколько шагов руками вперед и назад. Затылок, шея, спина должны быть на прямой линии.

2.Исходное положение — лежа на животе на фитболе, ноги полусогнуты в «стартовом» положении на полу. Согнуть руки в локтях, ладонями вперед («крылышки»). Голову не поднимать.

3. И.п. — лежа на животе на фитболе, руки на полу, ноги в «стартовом» положении. Поочередно поднимать ноги до горизонтали, руки должны быть согнуты, плечи - над кистями.

Подвижная игра «Кенгуру».

Дыхательная гимнастика «Воздушный шар в грудной клетке» (Приложение 2). Релаксация «Здравствуй, солнце».

Занятие № 17

Разминка игровая гимнастика «Вместе весело скакать»

ОВД 1.Исходное положение — лежа на спине, на полу, прямые ноги на фитболе. Выполнять поочередно махи прямой ногой вверх.

2. Исходное положение - лежа на спине, на полу, руки вдоль туловища, ноги стопами опираются на фитбол. Поочередные махи согнутой ногой.

Выполнить два предыдущих упражнения из исходного положения — руки за голову.

П/и «Веселые зайчата».

Релаксация «Здравствуй, солнце!» (Приложение 3).

Дыхательная гимнастика «Воздушный шар в грудной клетке» (Приложение 2).

Занятие № 18

Самостоятельная двигательная деятельность детей «Кенгурята» - футбол-игра

Занятие № 19

Разминка игровая гимнастика «Светофорик».

ОВД 1. Упражнение сидя на футболе: наклониться вперед, ноги врозь; наклониться вперед к выставленной ноге, вперед с различными положениями рук; наклониться в стороны поочередно, сидя на футболе; наклониться поочередно в разные стороны к выставленной в сторону ноге с различными положениями рук;

Сидя на футболе, в медленном темпе сделать несколько шагов вперед и лечь спиной на футбол, сохраняя прямой угол между голенью и бедром, пятки должны быть на полу, руки придерживают футбол сбоку. Переступая ногами, вернуться в исходное положение.

Дыхательная гимнастика «Воздушный шар» (Приложение 2)

Релаксация «Здравствуй, солнце!».

Занятие № 20

Разминка игровая гимнастика на мячах «Бармалей и куклы».

ОВД 1. И.п. - лежа на футболе, руки в упоре на полу. Сделать несколько шагов руками вперед и назад. Затылок, шея, спина должны быть на прямой линии.

2.Исходное положение — лежа на животе на футболе, ноги полусогнуты в «стартовом» положении на полу. Согнуть руки в локтях, ладонями вперед («крылышки»). Голову не поднимать.

3. И.п. — лежа на животе на футболе, руки на полу, ноги в «стартовом» положении. Поочередно поднимать ноги до горизонтали, руки должны быть согнуты, плечи - над кистями.

Подвижная игра «Светофор» на мячах.

Дыхательная гимнастика «Воздушный шар в грудной клетке». (Приложение 2).

Релаксация «Здравствуй, солнце!».

Занятие № 21

Разминка игровая гимнастика на мячах «Воробьиная дискотека»

ОВД 1. Исходное положение — лежа на спине, на полу, прямые ноги на футболе. Выполнять поочередно махи прямой ногой вверх.

2.Исходное положение - лежа на спине, на полу, руки вдоль туловища, ноги стопами опираются на футбол. Поочередные махи согнутой ногой.

Выполнить два предыдущих упражнения из исходного положения — руки за голову.

П/и «Веселые зайчата».

Релаксация «Здравствуй, солнце!» (Приложение 3).

Дыхательная гимнастика «Воздушный шар в грудной клетке» (Приложение 2).

Занятие №22

Разминка Ходьба, бег.

ОРУ «Этот мячик не простой» - футбол-коррекция

ОВД 1. И.п. - сидя на полу с согнутыми ногами боком к футболу, облокотиться на футбол, придерживая руками, расслабить мышцы шеи, спины, положить голову на футбол и в таком положении покачаться;

2.сидя на полу спиной к футболу, придерживая его сзади руками, расслабить мышцы шеи и спины, положить голову на футбол и покачиваться влево-вправо.

П/и «Веселые зайчата», «Бармалей и куклы».

Дыхательная гимнастика «Дышим тихо, спокойно, плавно» (Приложение).

Пальчиковая гимнастика (Приложение 4).

Занятие № 23

Разминка Ритмический танец с султанчиками.

Фитбол – ритмика «Аэробика для зверят».

П/и Эстафета на фитболе.

П/и «Быстрый и ловкий», «Паровозик» 2 команды.

Дыхательная гимнастика (Приложение 2).

Пальчиковая гимнастика (Приложение 4).

Занятие № 24

Разминка Ходьба на носках, ходьба «Муравьишки», «Обезьянки» с высоким подниманием колен. Бег. Подскоки и прыжки.

Фитбол – ритмика « В стране смешариков».

ОВД 1. И.п.- стоя в упоре на одном колене, боком к мячу, другая нога выпрямлена и опирается на мяч ступней, выполнять медленные пружинистые покачивания; - то же упражнение выполнять, сгибая руки;

2.стоя на одном колене, спиной к фитболу, другое колено - на мяче, руки на полу. Выполнить несколько пружинистых движений назад;

3. лежа спиной на фитболе, руки в стороны, угол между голенью и бедром 90°, точка контакта с мячом - на средней линии, лопаток.

П/и « Жуки».

Дыхательная гимнастика «Ветер» (Приложение 2).

Самомассаж «Этот шарик не простой».

Занятие № 25

Разминка. Ходьба в колонне по одному, на носочках, на пятках, на внешней стороне стопы, на внимание. Быстрый бег. Ходьба с восстановлением дыхания.

ОРУ «Два мяча».

ОВД 1. И.п. - сидя боком к фитболу на полу, дальняя от фитбола нога согнута и упирается ступней о пол, ближняя к фитболу рука лежит на поверхности мяча, разгибая опорную ногу, «накатиться» на фитбол, удерживая равновесие;

2.исходное положение — то же, при «накате» на фитбол дальнюю руку поднять вверх;

3.исходное положение - то же, выполнять одновременно одноименной рукой и ногой.

П/и «Светофор».

Дыхательная гимнастика «Ветер» (Приложение 2).

Пальчиковая гимнастика (Приложение 4).

Занятие № 26

Разминка игровая гимнастика под музыку на фитболах «Колеса» Екатерины Железновой (“Аэробика для малышей”).

ОВД

И.п. — в упоре лежа на животе на фитболе. Сгибая ноги, прокатить фитбол к груди. И.п. - то же, но опора на фитбол одной ногой.

И.п - лицом к фитболу, стоя на коленях, перейти в положение лежа на животе, руки в упоре, одна нога согнута. Аналогичное упражнение, но опора на фитбол коленом согнутой ноги, другая выпрямлена вверх.

Лежа спиной на фитболе, руки на полу, одна нога вверх.

П/и «Лови мяч».

Дыхательная гимнастика «Подуем на плечо» (Приложение 2).

Занятие №27

Разминка игровая гимнастика под музыку «Новый день». Диск «Аэробика зверят».

П/и «Гонка мячей», «Пингвины на льдине».

Дыхательная гимнастика «Подуем на плечо» (Приложение 2).

Пальчиковая гимнастика «Зайцы».

Занятие № 28

Разминка Ходьба на носках, ходьба «Муравьишки», «Обезьянки» с высоким подниманием колен. Бег. Подскоки и прыжки.

ОРУ на фитболе «Морское путешествие». П/и «Бездомный заяц» «Совушка - Сова».

Дыхательная гимнастика «Подуем на плечо» (Приложение 2).

Гимнастика для глаз «Два мяча».

«Гонка мячей» - футбол-игра

Занятие № 29

Самостоятельная двигательная деятельность детей (см. приложение)

Занятие № 30

«Теремок» - футбол-сказка (см. приложение)

Занятие № 31

«Ручеек» - музыкально-ритмическая композиция на фитболах с ленточками (см. приложение).

Занятие № 32

«Цапля» (см. приложение).

Занятие № 33

«Гроза» - музыкально-ритмическая композиция (см. приложение).

Занятие № 34

«Ладушки» (см. приложение).

Занятие № 35

«Фея моря» - ритмический комплекс (см. приложение).

Занятие № 36

«Мой друг - футбол» - совместно с родителями.

4. Планируемы результаты

Планируемый результат и способы определения их результативности

Предполагается, что освоение программного материала поможет естественному развитию организма детей дошкольного возраста, его морфологическому и функциональному совершенствованию отдельных органов и систем. Обучение по данной программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический и эмоциональный настрой, а так же способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию, профилактике различных заболеваний и повышению интереса к занятиям.

К концу освоения программы, дети должны уметь:

- выполнять упражнения, укрепляющие мышцы, формирующие и поддерживающие правильную осанку;
- удерживать равновесие, иметь развитую мелкую моторику;
- поддерживать интерес к упражнениям и играм с фитболами, умение оценивать свои движения и ошибки других;

- выполнять упражнения в паре со сверстниками, танцевальные упражнения с использованием фитболов;
- проявлять самостоятельность, творчество, инициативу, активность,
- сформированность привычки к здоровому образу жизни.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

1. Календарный учебный график

Года обучения	1 год обучения
Начало учебного года	02.09.2024
Окончание учебного года	31.08.2025
Количество учебных недель	36 недель
Количество часов в год	36 часов
Продолжительность занятия (академический час)	старшая группа (5-6 лет) - 25 минут подготовительная к школе группа (6-7 лет) - 30 минут
Периодичность занятий	1 час в неделю, 1 день в неделю
Промежуточная аттестация	09 сентября – 23 сентября 2024 года 12 мая – 26 мая 2025 года
Объем и срок освоения программы	36 часов, 1 год обучения
Режим занятий	В соответствии с расписанием
Каникулы	01.06.2025 – 31.08.2025

2. Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимы:

- физкультурный зал;
- фитбол-мячи,
- коврики,
- магнитофон,
- подборка музыки
- интернет ресурсы (флешка).

3. Формы аттестации

Результаты освоения программы проводятся в виде диагностики 2 раза в год (в начале и конце учебного года). Основной метод диагностики - наблюдение за детьми в процессе в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Подведение итогов реализации и освоения программы в форме:

- «День Открытых дверей» для родителей (законных представителей);
- фото и видеоотчёты для родителей (законных представителей);
- «Мой друг - ФИТБОЛ» - музыкально-спортивный праздник с участием родителей (законных представителей).

4. Оценочные материалы

Уровни освоения программы.

Высокий уровень. Уверенно, с хорошей амплитудой выполняет упражнения. Способен самостоятельно организовать игру. Самооценивает и контролирует других детей. Самостоятельно организывает игры.

Средний уровень. Без усилий выполняет упражнения. Может замечать свои ошибки в технике выполнений. Самостоятельно игры не организывает, но с удовольствием принимает в них участие.

Низкий уровень. Не замечает ошибок в технике выполнения. С интересом включается в игру, но нарушает правила в подвижных играх. Интерес к освоению новых упражнений неустойчив. С интересом включается в игру, но допускает нарушение правил.

Карта развития физических качеств детей

Фамилия, имя ребенка	Техника выполнения упражнений		Правильная осанка		Мелкая моторика рук		Статическое равновесие		Самостоятельные игры	
	н	к	н	к	н	к	н	к	н	к
Общая оценка по группе (кол-во % детей)										
Низкий уровень - Средний уровень - Высокий уровень -										

5.Методические материалы

Для реализации данной образовательной программы сформирован учебно-методический комплект, который постоянно пополняется и обновляется. УМК имеет следующие разделы:

- Учебное пособие для педагога. В него входят дополнительные образовательные программы, тематическое планирование и планы занятий в соответствии с учебным планом.
- Конспекты занятий с методическим сопровождением (картотеки игр с фитболами, сценарии развлечений и соревнований).
- Наглядные пособия (карточки – схемы с изображением упражнений на фитболе).

III. Список литературы

1. Основная литература

1. Веселовская, С.В. Фитбол тренинг [Текст] / С. В. Веселовская, О. Ю. Сверчкова, Т. В. Левчинкова // Пособие по фитбол - аэробике и фитбол - гимнастике. – М.: ННОУ Центр «Фитбол», 1998.
2. Клубкова Е.Ю. Фитбол-гимнастика в оздоровлении организма. –СПб., 2001.
3. Крючек Е.С. Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий: Учебно-метод. пос. - М.: Terra-Спорт, Олимпия Пресс,2001. - 64 с.
4. Кудра Т.А. Аэробика и здоровый образ жизни: Учеб. пос.-Владивосток: МГУ им. адмирала Г.И. Невельского, 2001.- 120 с.
5. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. - СПб.: Речь, 2002.- 176 с.
6. Попова Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. - М.: Terra-Спорт, 2000. - 72 с.
7. «Программа по фитбол-аэробике «Танцы на мячах» (авторы Сайкина Е.Г., Кузьмина С.В.).
8. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения [Текст]: методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных учреждений/Под ред. С.О. Филипповой. - СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2007.- 416с.
9. Танцевально-игровая гимнастика для детей «СА - ФИ - ДАНСЕ» Е.Г. Сайкина; Ж.Е. Фирилева.

2. Дополнительная литература

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Приказ Министерства просвещения Российской федерации № 629 от 27.07.2022 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
3. Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р)
4. Письмо Министерства образования и науки РФ № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации»
5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций"
6. Письмо Министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 № МО-16-09-01/826-ТУ
7. Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Письма Минобрнауки Самарской области № МО/1141-ТУ от 12.09.2022 г. «О направлении Методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
9. Приказ Департамента образования администрации городского округа Тольятти от 18.11.2019 года №443-пк/3.2 "Об утверждении правил Персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городском округе Тольятти на

основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам"