Частное дошкольное образовательное учреждение

«Учебно-консультационный центр «Ступени»

**Оценочные материалы к рабочей модульной программе**

**«Игралочка»**

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально-гуманитарной направленности «Школа Незнайки»

Автор-составитель:

**Жильцова Надежда Сергеевна,**

педагог дополнительного образования

ЧДОУ «УКЦ «Ступени»

Омск, 2023

Рабочая модульная программа «Игралочка» дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально-гуманитарной направленности «Школа Незнайки» (далее Программа) **реализуется в течение 2 лет и предназначена для детей 5-7 лет.**

**Предполагается, что в результате освоения Программы дети научатся:**

- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;

-взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

-применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**Формы аттестации**

Программа предусматривает текущий контроль, промежуточную и итоговую аттестации. Формами текущего и промежуточного контроля и итоговой аттестации являются: викторины или игры-эстафеты; открытое занятие; наблюдение

**Оценка достижений обучающихся производится в процессе подвижных игр.**

На основании активной двигательной деятельности детей выявляется уровень освоения программы «Игралочка»

Высокий уровень - ребёнок быстро ориентируется по инструкции, правильно выполняет все задания, умеет регулировать мышечное напряжение.

Средний уровень - ребёнок быстро ориентируется по инструкции, умеет регулировать мышечное напряжение, но некоторые задания вызывают затруднения.

Низкий уровень - большинство заданий вызывают затруднения, дети не умеют регулировать мышечное напряжение.

**Виды деятельности и критерии оценки достижений обучающихся**

**в ходе освоения отдельных тем Программы**

**Первый год обучения**

**Тема 1. Игры и игровые упражнения с бегом.**

- Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями.

- Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80–120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м.

- Бег на скорость: 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года - 30 м за 7,5-8,5 секунды).

- Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

- Умение ребенка мгновенно реагировать на сигнал «Лови!», «Беги!», «Стой!».

**Тема 2. Игры и игровые упражнения с прыжками.**

Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3-4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком.

Прыжки через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением.

Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см).

Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см).

Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку).

Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

**Тема 3. Игры и игровые упражнения на метание.**

- Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку.

- Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами.

- Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях.

- Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6–12 м) левой и правой рукой.

- Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4–5 м), метание в движущуюся цель.

**Тема 4. Игры и игровые упражнения на равновесие.**

- Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку.

- Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком.

- Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Тема 5. Игры и игровые упражнения на ходьбу.

Теория:

Детей необходимо приучать выполнять все виды ходьбы чётко, ритмично, с правильной осанкой и координацией.

Практика:

- Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево.

- Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя.

**Тема 6. Игровые упражнения в ползании и лазании.**

- Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну;

- Ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами.

- Пролезание в обруч разными способами;

- Подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см).

- Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног;

- Перелезание с пролета на пролет по диагонали.

**Второй год обучения**

**Тема 1. Игры и игровые упражнения с бегом.**

- Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями.

- Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м.

- Бег на скорость: 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года - 30 м за 7,5-8,5 секунды).

- Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом.

- Кружение парами, держась за руки.

- Подвижные игры с бегом.

**Тема 2. Игры и игровые упражнения с прыжками.**

- Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно - ноги врозь, одна нога вперед - другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3-4 м).

- Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов – поочередно через каждый (высота 15-20 см).

- Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см).

- Прыжки через короткую скакалку, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

**Тема 3. Игры и игровые упражнения на метание.**

- Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками.

- Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли).

- Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг).

- Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

- использование резиновые, теннисные, волейбольные, набивные мячи разных размеров.

- продолжать формировать умение бросать и ловить мяч из разных положений, выполнять бросок набивных мячей разными способами.

**Тема 4. Игры и игровые упражнения на равновесие.**

- Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках.

- Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове.

- Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом).

- Кружение парами, держась за руки.

**Тема 5. Групповые упражнения с переходами**

- уметь самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному;

- в шеренгу, круг;

- перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо;

- в две шеренги, в несколько кругов;

- делать повороты направо, налево, кругом;

- равняться;

- производить размыкание и смыкание;

- производить расчёт на первый-второй.

**Тема 6. Игровые упражнения в ползании и лазании.**

- Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия;

- Ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками.

- Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой.