

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТОМСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА № 44 г. ТОМСКА**

Рассмотрена

на заседании педагогического
совета МАДОУ № 44 г. Томска
протокол № 1 от «30» августа 2023 г

Утверждаю

Заведующий МАДОУ № 44 г. Томска
Фех Валентина Анатольевна

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Коррекционная гимнастика»
Возраст обучающихся: 6-7 лет
Срок реализации: 1 учебный год

Автор-составитель:
инструктор по физической культуре
Теушакова Е. П.

г. Томск, 2023

Содержание программы

I. Целевой раздел	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	6
1.3. Характеристики возрастных особенностей детей дошкольного возраста (5-7 лет)	8
1.3.1. Возрастные особенности детей 6-7 лет	8
1.4. Планируемые результаты освоения программы	
II. Содержательный раздел	
2.1. Содержание программы	10
2.1.2. Учебный план. Содержание учебно-тематического плана.	18
2.2. Способы и направления поддержки детской инициативы	25
2.3. Взаимодействие с родителями	26
2.4. Взаимодействие с педагогами	27
III. Организационный отдел	28
3.1. Календарный учебный график занятий	30
3.1.1 Календарный учебный график занятий с детьми 5-6 лет	30
3.1.2. Календарный учебный график занятий с детьми 6-7 лет	32
3.2. Условия реализации программы	34
3.2.1. Материально-техническое обеспечение	34
3.2.2. Кадровое обеспечение	35
3.3. Формы аттестации. Способы проверки результатов освоения программы	36
3.3.1. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов	36
3.3.2. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов	36
3.4. Оценочные материалы	36
3.5. Методические материалы	38
3.6. Список литературы	39
IV. Дополнительный раздел программы (краткая презентация программы)	41
4.1. Возрастные и иные категории детей	41
4.2. Направленность программы:	42
4.3. Характеристика взаимодействия педагогического коллектива с семьями детей	42

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Коррекционная гимнастика» предназначена для удовлетворения природной двигательной потребности детей дошкольного возраста и развития их физических качеств и спортивных способностей. Также данная программа направлена на приобщение детей к здоровому образу жизни, развитие физических качеств (силы, ловкости, точности, координации, равновесия, гибкости и выносливости) при помощи физических упражнений и специального спортивного оборудования.

Сегодня сохраняется тенденция роста заболеваний нервной, дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной систем у подрастающего поколения. Увеличивается число часто болеющих детей. Современные дети все чаще страдают гиподинамией. А ведь дети нуждаются в дополнительных физических нагрузках, они им просто необходимы: этого требует их растущий организм, потребность в двигательной активности. На физкультурных занятиях основное внимание уделяется обучению основным естественным видам движений (ходьбе, прыжкам, метанию, бегу), в связи с чем реальное развитие физических качеств детей оказывается, чаще всего, необоснованно занижено. В результате, дети не получают необходимой физической нагрузки, которая оказывала бы существенное влияние на развитие физических качеств и укрепление здоровья. Все эти обозначенные проблемы демонстрируют актуальность программы «Общая физическая подготовка».

Особенность же программы заключается в том, что в процессе ее реализации на занятиях применяются различные по своей направленности методики (игровые, соревновательные, круговая тренировка), а использование современных методик по танцевально-игровой и оздоровительной гимнастике, комплексы упражнений «Йога», помогает развивать различные способности и качества детей, а так же укреплять их здоровье.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Коррекционная гимнастика» в соответствии с Распоряжением Правительства РФ от 4.09.2014 г. № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей», ориентирована на удовлетворение индивидуальных потребностей в

двигательной активности ребенка и его физического развития.

Оздоровление подрастающего поколения – одна из приоритетных задач современного образования. Проблема состоит в том, что зачастую выявление нарушений ОДА специалистами узкого профиля проходит в то время, когда ребенок находится на пороге школы. В этом случае ребенку уже невозможно оказать своевременную коррекционную помощь. Поэтому мы решили адаптировать нашу программу для дошкольников с трех лет.

Включение в программу авторских педагогических методик и дополнительных образовательных программ («Са-Фи-Дансе» Ж. Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина; «Лечебная физкультура» Козырева) делают программу привлекательной и востребованной для детей с различными способностями.

Методологической основой разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Коррекционная гимнастика» лежат программно-методические пособия:

- Ефименко Н. Н. Театр физического развития;
- Кудрявцева В.Т., Егорова Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления;
- Бережнова О.В., В. В. Бойко, Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет «Малыши – крепыши»;
- Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста;
- Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду.

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Коррекционная гимнастика» разработана на основании следующих нормативно-правовых актов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
2. Распоряжение Правительства РФ от 4.09.2014 г. № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».
3. Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
4. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

5. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СП 2.4.3648-20).

7. Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

8. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

9. Приказ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

10. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3).

11. Постановление Правительства РФ от 15.09.2020 г. № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»; (действует до 31 декабря 2026 г.)

12. 10. Постановление администрации Города Томска от 24.03.2011 №249 «Об утверждении предельных цен на платные услуги муниципальных учреждений, в отношении которых функции и полномочия учредителя осуществляет департамент образования администрации Города Томска» с изменениями от 28 июня 2021 г.

13. Нормативные документы МАДОУ № 44 г. Томска, регулирующие порядок оказания платных услуг в МАДОУ № 44 г. Томска.

14. Устав МАДОУ № 44.

Объем и срок освоения программы: программа рассчитана на один учебный год обучения (сентябрь-май), общее количество учебных часов для освоения программы – 72 часа на учебный год.

Форма обучения – очная.

Режим занятий – 2 раза в неделю, периодичность - с сентября по май включительно; продолжительность – для детей 6-7 лет не более 30 минут.

Возрастные особенности. Старший дошкольный возраст является чрезвычайно интересным и ответственным этапом в жизни ребенка. В этот период закладываются

наиболее важные и фундаментальные человеческие способности и личностные качества. Необходимо создать условия для развития движений малыша, ведь они являются жизненно необходимой потребностью ребенка.

В этом возрасте важно укрепить здоровье ребенка и создать условия для его физического развития.

Ребенок в возрасте 6-7 лет владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательной импровизации. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но еще не умеют соразмерять свои силы, учитывая свои реальные возможности. Убедившись в сложности выполнения двигательного действия, ребенок проделывает его лишь в общих чертах, но добиваясь завершения. Но при этом он искренне убежден в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий.

Игровые мотивы детской деятельности сохраняют свое значение.

Внимание ребенка среднего дошкольного возраста приобретает более устойчивый характер; совершенствуются зрительное, слуховое, и осязательное восприятия, развиваются преднамеренное запоминание и припоминание. Развивается способность анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности. В этом возрасте важно укрепить здоровье ребенка и создать условия для его физического развития

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для всестороннего полноценного развития двигательных способностей и укрепления здоровья детей дошкольного возраста.

Задачи программы:

- развивать и совершенствовать физические качества возможности и способности детей дошкольного возраста;
- развивать осознанное отношение к двигательным действиям, способности к самоконтролю, самооценке;

– формировать интерес дошкольников к активной двигательной деятельности и потребности в ней.

1.3. Характеристики возрастных особенностей детей дошкольного возраста (6-7 лет)

Дошкольный возраст является важным периодом в жизни ребенка, на протяжении которого происходит развитие многих физических и психических функций организма, формируется личность, характер, способности. При участии взрослых, которые организуют, контролируют, оценивают, а при необходимости и корректируют поведение и деятельность ребенка, происходит его включение в социальные формы жизнедеятельности, в процессы познания и общения, в различные виды деятельности, включая игру и начальные формы труда.

В возрасте 6-7 лет в организме идет интенсивное развитие и совершенствование опорно-двигательной и сердечно-сосудистой систем организма, развитие мелких мышц, развитие и дифференцировка различных отделов центральной нервной системы.

Старший дошкольный возраст играет особую роль в развитии ребенка, поскольку возраст 6-7 лет является периодом интенсивного формирования личности во всех сферах: повышения интеллекта, выработки нравственных черт, проявления характера, силы воли, умения управлять эмоциями, роста физической подготовленности. Именно в это время проявляются совершенно новые, индивидуальные качества, растут потребности детей в получении все новых знаний, навыков и умений. Сама природа, как будто подсказывает, что пора переходить к активному образовательному процессу, который бы со всех сторон охватывал совершенствование личности, вырабатывал различные индивидуальные черты характера у ребенка старшего дошкольного возраста.

У детей этого возраста формируются предпосылки к учебной деятельности, они умеют «слушать и слышать», «смотреть и видеть», осуществлять самоконтроль и самооценку при выполнении различных упражнений. Старший дошкольник уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своей деятельности. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, умелый, сильный, ловкий» и т. д.).

К концу дошкольного возраста скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног.

ЦНС обладает высокой пластичностью, что способствует легкому усвоению новых форм движений. У дошкольников 6-7 лет всё ещё несовершенна координация движений, в

процессе двигательной активности легко развивается утомление, поэтому крайне важно правильно дозировать их физические нагрузки.

Характерной особенностью данного возраста является также развитие познавательных и мыслительных психических процессов: внимания, мышления, воображения, памяти, речи; более высокого уровня достигает развитие наглядно-образного мышления и начинает развиваться логическое мышление. Также развивается творческое воображение, чему способствуют различные игры, неожиданные ассоциации, яркость и конкретность представляемых образов и впечатлений.

Психическое развитие и становление личности ребенка к концу дошкольного возраста тесно связаны с развитием самосознания. У ребенка 6 – 7 летнего возраста формируется самооценка на основе осознания успешности своей деятельности, оценок сверстников, оценки педагога, одобрения взрослых и родителей. Ребенок становится способным осознавать себя и то положение, которое он в данное время занимает в семье, в детском коллективе сверстников.

У детей формируется рефлексия, т. е. осознание своего социального «я» и возникновение на этой основе внутренних позиций. В качестве важнейшего новообразования в развитии психической и личностной сферы ребенка 6 – 7 летнего возраста является соподчинение мотивов. Осознание мотива «я должен», «я смогу» постепенно начинает преобладать над мотивом «я хочу».

Ребенок 6 – 7 летнего возраста стремится к самоутверждению в таких видах деятельности, которые подлежат общественной оценке и охватывают различные сферы.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;
- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить

и сохранить его;

– владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям;

– ребенок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;

– ребенок способен к осуществлению социальной навигации и соблюдению правил безопасности в реальном и цифровом взаимодействии;

– у ребенка выражено стремление заниматься социально значимой деятельностью;

– ребенок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками;

– ребенок способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками;

– ребенок старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами;

– ребенок способен понимать свои переживания и причины их возникновения, регулировать свое поведение и осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях, обосновывать свои ценностные ориентации;

– ребенок проявляет положительное отношение к миру, разным видам труда, другим людям и самому себе;

– ребенок стремится сохранять позитивную самооценку;

– ребенок способен откликаться на эмоции близких людей, проявлять эмпатию (сочувствие, сопереживание, содействие);

– ребенок способен решать адекватные возрасту интеллектуальные, творческие и личностные задачи; применять накопленный опыт для осуществления различных видов детской деятельности, принимать собственные решения и проявлять инициативу;

– ребенок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели;

– демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.

II. Содержание программы

Для достижения положительных результатов планирую следующие занятия:

– занятия традиционного типа, комплексного характера;

– занятия тренировочного, игрового характера;

– сюжетно-игровые занятия;

- занятия из серии «Забочусь о своем здоровье»;
- занятия на спортивных комплексах и тренажерах.

Совершенствование всех форм работы по физическому воспитанию может быть обеспечена лишь в тесном контакте с воспитателем и родителями.

Средства физической культуры, используемые для реализации программы «Общая физическая подготовка»

Для достижения количественных показателей двигательной активности детей необходимо особое внимание уделить на характер и содержание организованных форм двигательной деятельности.

Подбор содержания игр и физических упражнений для физкультурных занятий и оздоровительных мероприятий предусматривают:

- использование упражнений преимущественно динамического характера, направленных на развитие различных групп мышц, а также упражнений, требующих координации движений, ловкости и выносливости;
- соответствие содержания игр и упражнений, возрастным и индивидуальным особенностям детей;
- применение разных способов организации детей;
- рациональное использование окружающей среды, оборудования и физических пособий;
- стимулирование индивидуальных возможностей каждого ребенка;
- активизация детской самостоятельности и развитие творческих двигательных способностей;
- создание благоприятных условий для положительных эмоциональных и нравственно-волевых проявлений детей.

Важно отметить, что реализация программы «Коррекционная гимнастика» не предусматривает ведение отдельных теоретических занятий, но в учебном плане выделен блок теоретических занятий и практических занятий. Поскольку дети дошкольного возраста не готовы воспринимать теорию, теоретическая часть проводится в каждом занятии в процессе выполнения упражнений, игр.

2.1. Учебный план. Содержание учебно-тематического плана (возраст 6--7 лет)

№ п/п	Содержание занятий	Кол-во часов	Форма проверки
----------	--------------------	--------------	----------------

1.	Занятия из области личной гигиены Утреннее обтирание, необходимость спортивной формы.	2	Наблюдение
2.	Элементарные сведения о строении и функциях организма человека Мышечный скелет человека, развитие мускулатуры .	2	Наблюдение
3.	Знания о формировании правильной осанки и предупреждения плоскостопия. Иллюстрационный материал, соблюдение правил правильной осанки.	2	Наблюдение
4.	Формирование доступных представлений и знаний О пользе занятий физическими упражнениями и играми, об основных гигиенических требованиях и правилах. Необходимость занятий физическими упражнениями, влияние игр на развитие физических качеств	2	Наблюдение
1.	Упражнения силовых способностей: Упражнения с гантелями Подтягивание по скамейке Отжимания: - от стены - от скамейки - на четвереньках - лежа	8	Наблюдение
2.	Физические упражнения на развитие гибкости: Упражнения в парах, Упражнения с гимнастическим колесом	8	Наблюдение
3.	Двигательные задания на развитие скоростных способностей: Различные виды бега Бег с ускоренным темпом Эстафеты	9	Наблюдение
4.	Упражнения на развитие мышц пресса	8	Наблюдение
5.	Упражнения на развитие ловкости: Прыжки в длину с места Эстафеты Упражнения и прыжки на степе Прыжки на скакалке Прыжки на батуте	9	Наблюдение
6.	Упражнения на развитие координационных способностей: Прыжки на сферах, батуте, фитбол - мяче Ходьба по наклонным плоскостям, горкам, наклонные лестницы	9	Наблюдение
7.	Игры и упражнения на развитие дыхательного аппарата: «Шарик» «Поезд» «Кошки – мышки» «Хомячок»	8	Наблюдение

	«Снежинка» «Рыбки»		
8.	Диагностика, тесты, наблюдения	4	Наблюдение
9.	Соревнования Спартакиады «Крепыш»	5	Наблюдение
	Итого	72	

Содержание учебного плана

Основные формы и режимы занятий:

- групповые теоретические и практические занятия по расписанию;
- спортивные досуги, праздники, соревнования;
- дни и недели здоровья;
- контрольные занятия (тестирование).

Теоретический раздел:

Программа включает в себя необходимый объем теоретических знаний в области:

- личной гигиены;
- элементарных сведений о строении и функции организма человека;
- содействия формированию правильной осанки и предупреждения плоскостопия;
- формирование доступных представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями и играми, об основных гигиенических требованиях и правилах.

Практический раздел:

- упражнения для укрепления плечевого пояса, спины, рук, ног
- упражнения на развитие координационных способностей
- корригирующие упражнения, направленные на профилактику нарушения осанки, плоскостопия;
- дыхательные упражнения;
- двигательные задания и упражнения на развитие силы, выносливости, ловкости, гибкости;
- релаксация.

Высокий уровень развития физических качеств позволит в значительной степени повысить адаптационные возможности функциональных систем организма, создать благоприятные условия и предпосылки для гармоничного физического и психического развития ребенка и, таким образом, заложить фундамент крепкого здоровья.

2.2. Способы и направления поддержки детской инициативы.

Основным принципом дошкольного образования (согласно ФГОС ДО) является построение образовательной деятельности детей на основе их индивидуальных особенностей с поддержкой инициативы детей в различных видах деятельности.

В ходе реализации образовательных задач данной программы осуществляется поддержка инициативы и самостоятельности детей.

Под инициативой понимают и побуждение к началу какого-нибудь дела, и способность к самостоятельным активным действиям. Детская инициатива проявляется в свободной деятельности детей по своему выбору. Детская самостоятельность – это не столько умение ребенка осуществлять определенное действие без помощи посторонних и постоянного контроля со стороны взрослых, сколько инициативность и способность ставить перед собой новые задачи и находить пути их решения в социально приемлемых формах.

Одной из основных образовательных задач данной программы является индивидуализация образовательного процесса. Взаимосвязь индивидуальных и групповых стратегий образования – важнейшее условие реализации личностноориентированного подхода в дошкольном образовании. Под индивидуальной образовательной стратегией понимается система дидактических мер, обеспечивающих полноценное развитие ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями и социальным заказом его родителей (или их законных представителей). Вариативность образовательных технологий, гибкость использования педагогических методов и приемов, используемых в программе, обеспечивают многогранность развития дошкольников с учетом их индивидуальных особенностей. Роль педагога состоит в создании условий для свободной творческой деятельности детей и организации образовательного процесса методом реального сотворчества (с педагогом, родителями, другими детьми) в разных формах взаимодействия.

Для развития детской инициативы на занятиях по физическому развитию необходимо давать воспитанникам простые задания, снимая тем самым страх «Я не справлюсь», привлекать их к участию в подготовке интересных (сюрпризных) номеров, создавать проблемные ситуации, где необходимо «додумать» то или иное решение задачи, поощрять творческие начинания ребёнка в процессе игрового взаимодействия, учитывать желание ребёнка участвовать в том или ином творческом номере, хвалить за малейшие успехи, предвосхищать их.

В целях обеспечения индивидуализации образовательного процесса особое внимание уделяется:

- поддержке интересов ребенка со стороны взрослых, поощрению вопросов,

инициативы и самостоятельности детей в различных культурных практиках;

- ознакомлению родителей с задачами индивидуального развития детей, методами, средствами и формами их реализации;

- согласование с родителями маршрутов индивидуального развития ребенка;

- учет конструктивных пожеланий родителей «во благо» ребенка.

2.3. Взаимодействие с родителями

Семья играет главную роль в жизни ребёнка. Важность семейного воспитания в процессе развития детей определяет важность взаимодействия семьи и дошкольного учреждения, поэтому работа с родителями является одним из важнейших направлений в работе по созданию благоприятных условий для развития творческих способности детей дошкольного возраста.

Ориентация на индивидуальность ребенка требует тесной взаимосвязи между детским садом и семьей, и предполагает активное участие родителей в педагогическом процессе.

Поскольку родительское мнение наиболее авторитетно для ребенка и только у родителей есть возможность закреплять формируемые навыки в процессе каждодневного непосредственного общения со своим малышом, помощь родителей в процессе воспитания детей в детском саду обязательна и чрезвычайно ценна.

Чтобы убедить родителей в необходимости активного участия в процессе формирования творческих способностей детей можно использовать такие формы работы:

- выступление на родительских собраниях;
- анкетирование, опрос;
- консультирование;
- открытые занятия (с возможностью для родителей присоединиться к процессу);
- проведение праздников и развлечений с участием родителей.

В процессе работы с родителями можно использовать вспомогательные средства. В «Родительском уголке» размещать полезную информацию, которую родители имеют возможность изучить, пока их дети одеваются. В качестве информационного материала размещать статьи специалистов, взятые из разных журналов, книг, конкретные советы, актуальные для родителей, слова и описания спортивных игр. В течение года в детском саду проводить «День открытых дверей» для родителей, когда они могут посетить занятия, в том числе, и по физическому развитию, посмотреть режимные моменты, поучаствовать в организованной образовательной деятельности и совместных досуговых

мероприятиях. В современных условиях взаимодействие с родителями осуществляется и с использованием социальных сетей и мессенджеров.

2.4. Взаимодействие с педагогами

Воспитатель осуществляет, в основном, всю педагогическую работу в детском саду, следовательно, он не может оставаться в стороне и от занятий по хореографии.

Воспитывая ребёнка средствами танцевальной деятельности, педагог должен понимать её значение для всестороннего развития личности и быть её активным проводником в жизнь детей. Спорт должен присутствовать и в повседневной жизни ребёнка. Направлять процесс воспитания в нужное русло может лишь тот, кто неотрывно работает с детьми, а именно - воспитатель. В детском саду работу по повышению уровня физического развития детей ведет инструктор по физической культуре совместно с воспитателями и музыкальным руководителем.

В работе с педагогами можно использовать такие формы взаимодействия:

- консультации;
- семинары;
- мастер-классы;
- открытые занятия;
- участие в праздниках, развлечениях, досуговых мероприятиях;
- круглый стол;
- помощь педагогам в подготовке внутригрупповых мероприятий.

III. Организационный отдел

3.1. Календарный учебный график занятий

3.1.1. Календарный учебный график занятий с детьми 67 лет на 2023-2024 учебный год

Дата и время проведения определяются согласно графику проведения ООД

№ п\п	Группа	День недели	Время	Место проведения
1.	№ 3 «Полянка»	Среда	15.25 – 15.55	Спортивный зал
		Четверг	15.25 – 15.55	Спортивный зал
3.	№ 7, 7а «Пчёлки»	Понедельник	10.35 – 11.05	Спортивный зал
		Среда	10.35 – 11.05	Спортивный зал

№ п/п	Месяц *	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
--------------	----------------	----------------------	---------------------	---------------------	-----------------------

1.	Сентябрь	ООД	1	Упражнения на все группы мышц (и. п. стоя) Отжимание от вертикальной поверхности	Наблюдение
2.	Сентябрь	ООД	1	Упражнения на все группы мышц (и. п. стоя) Упражнения на выносливость	Наблюдение
3.	Сентябрь	ООД	1	Упражнения на все группы мышц (и. п. стоя) выносливость	Наблюдение
4.	Сентябрь	ООД	1	Упражнения на все группы мышц (и. п. стоя) выносливость	Наблюдение
5.	Сентябрь	ООД	1	Спартакиада «Крепыш»: соревнования «Легкоатлетический кросс»	Наблюдение
6.	Сентябрь	ООД	1	Стретчинг.	Наблюдение
7.	Сентябрь	ООД	1	Стретчинг.	Наблюдение
8.	Сентябрь	ООД	1	Стретчинг.	Наблюдение
9.	Октябрь	ООД	1	Стретчинг	Наблюдение
10.	Октябрь	ООД	1	Стретчинг.	Наблюдение
11.	Октябрь	ООД	1	Круговая тренировка	Наблюдение
12.	Октябрь	ООД	1	Круговая тренировка	Наблюдение
13.	Октябрь	ООД	1	Круговая тренировка	Наблюдение
14.	Октябрь	ООД	1	Круговая тренировка	Наблюдение
15.	Октябрь	ООД	1	Упражнения с палкой, Прыжок в длину с места	Наблюдение
16.	Октябрь	ООД	1	Упражнения с палкой, Прыжок в длину с места	Наблюдение
17.	Октябрь	ООД	1	Упражнения с палкой, Прыжок в длину с места	Наблюдение
18.	Ноябрь	ООД	1	Упражнения с палкой, Прыжок в длину с места	Наблюдение
19.	Ноябрь	ООД	1	Школа мяча Упражнения на укрепление брюшного пресса	Наблюдение
20.	Ноябрь	ООД	1	Школа мяча Упражнения на укрепление брюшного пресса	Наблюдение
21.	Ноябрь	ООД	1	Школа мяча Упражнения на укрепление брюшного пресса	Наблюдение
22.	Ноябрь	ООД	1	Школа мяча Упражнения на укрепление брюшного пресса	Наблюдение
23.	Ноябрь	ООД	1	Школа мяча Упражнения на укрепление брюшного пресса	Наблюдение
24.	Ноябрь	ООД	1	Силовые упражнения, челночный бег	Наблюдение
25.	Ноябрь	ООД	1	Силовые упражнения, челночный бег	Наблюдение
26.	Ноябрь	ООД	1	Спартакиада «Крепыш»: соревнования «Спортивные надежды»	Наблюдение

27.	Ноябрь	ООД	1	Силовые упражнения, челночный бег	Наблюдение
28.	Декабрь	ООД	1	Силовые упражнения, челночный бег	Наблюдение
29.	Декабрь	ООД	1	Упражнения со скакалкой, эстафеты	Наблюдение
30.	Декабрь	ООД	1	Упражнения со скакалкой, эстафеты	Наблюдение
31.	Декабрь	ООД	1	Упражнения со скакалкой, эстафеты	Наблюдение
32.	Декабрь	ООД	1	Упражнения со скакалкой, эстафеты	Наблюдение
33.	Декабрь	ООД	1	Лыжная подготовка	Наблюдение
34.	Декабрь	ООД	1	Лыжная подготовка	Наблюдение
35.	Декабрь	ООД	1	Лыжная подготовка	Наблюдение
36.	Январь	ООД	1	Лыжная подготовка	Наблюдение
37.	Январь	ООД	1	Упражнения с гантелями Строевые упражнения	Наблюдение
38.	Январь	ООД	1	Упражнения с гантелями Строевые упражнения	Наблюдение
39.	Январь	ООД	1	Упражнения с гантелями Строевые упражнения	Наблюдение
40.	Январь	ООД	1	Упражнения с гантелями Строевые упражнения	Наблюдение
41.	Январь	ООД	1	Упражнения с гантелями Строевые упражнения	Наблюдение
42.	Январь	ООД	1	упражнения с гантелями Строевые упражнения	Наблюдение
43.	Февраль	ООД	1	Строевые упражнения эстафеты	Наблюдение
44.	Февраль	ООД	1	Строевые упражнения эстафеты	Наблюдение
45.	Февраль	ООД	1	Строевые упражнения эстафеты	Наблюдение
46.	Февраль	ООД	1	Спартакиада «Крепыш»: соревнования «Юный армеец»	Наблюдение
47.	Февраль	ООД	1	Лыжная подготовка	Наблюдение
48.	Февраль	ООД	1	Лыжная подготовка	Наблюдение
49.	Февраль	ООД	1	Лыжная подготовка	Наблюдение
50.	Февраль	ООД	1	Лыжная подготовка	Наблюдение
51.	Март	ООД	1	Лыжная подготовка	Наблюдение
52.	Март	ООД	1	Лыжная подготовка	Наблюдение
53.	Март	ООД	1	Спартакиада «Крепыш» соревнования «Лыжный кросс»	Наблюдение
54.	Март	ООД	1	Аэробика на степях эстафеты	Наблюдение
55.	Март	ООД	1	Аэробика на степях эстафеты	Наблюдение
56.	Март	ООД	1	Аэробика на степях эстафеты	Наблюдение
57.	Март	ООД	1	Аэробика на степях эстафеты	Наблюдение

58.	Март	ООД	1	Аэробика на степях эстафеты	Наблюдение
59.	Апрель	ООД	1	Аэробика на степях эстафеты	Наблюдение
60.	Апрель	ООД	1	Спартакиада «Крепыш» соревнования «Дошколенок – чемпион»»	Наблюдение
61.	Апрель	ООД	1	Упражнения под музыку «Олимпийские резервы эстафеты	Наблюдение
62.	Апрель	ООД	1	Упражнения под музыку «Олимпийские резервы эстафеты	Наблюдение
63.	Апрель	ООД	1	Упражнения под музыку «Олимпийские резервы эстафеты	Наблюдение
64.	Апрель	ООД	1	Упражнения под музыку «Олимпийские резервы эстафеты	Наблюдение
65.	Апрель	ООД	1	«Малые Олимпийские игры»	Наблюдение
66.	Апрель	ООД	1	Фитбол – гимнастика, подвижные игры	Наблюдение
67.	Апрель	ООД	1	Фитбол – гимнастика, подвижные игры	Наблюдение
68.	Май	ООД	1	Фитбол – гимнастика, подвижные игры	Наблюдение
69.	Май	ООД	1	Фитбол – гимнастика, подвижные игры	Наблюдение
70.	Май	ООД	1	Силовые упражнения	Наблюдение
71.	Май	ООД	1	Силовые упражнения	Наблюдение
72.	Май	ООД	1	Силовые упражнения	Наблюдение

3.2. Условия реализации программы

3.2.1. Материально-техническое обеспечение:

Предметно-пространственная спортивного зала:

– гимнастический комплекс закреплен растяжкой к полу и потолку. Подвесные снаряды (канаты, веревочные лестницы) прочно укреплены и выдерживают вес более 30 кг;

– шведская стенка для воспитанников младшего и старшего дошкольного возраста закреплена жестким креплением к стене, полу. Пролеты – перекладины выдерживают более 30 кг. Высота промаркирована;

– гимнастические скамьи – 4 шт., вес - > 30 кг, промаркированы;

– приставные лестницы – 2 шт.: ширина 40 см, длина 170 см; вес - >30 кг;

– горки - 2 шт., ширина – 57 см, длина – 150 см, вес - > 30 кг;

– ребристые доски – 3 шт., вес - >30 кг, промаркированы;

– дуги для подлезания – 6 шт., высота 50 см, промаркированы;

– тоннель из ткани – 3 шт;

- баскетбольные кольца – 4 шт. Высота и крепление соответствует норме;
- коврики для профилактики плоскостопия – 14шт;
- дорожки для профилактики плоскостопия – 5 шт;
- палки гимнастические длиной 80 см – 30 шт;
- шест длиной 2,2 м – 3 шт;
- коврики гимнастические размером 60*90 см. 30 шт.;
- мячи;
- массажеры – 30 шт. разных размеров;
- скакалки;
- флажки разного цвета – 100 шт.;
- ленты разного цвета на кольцах – 60 шт.;
- канат длиной 5, 5 м – 2 шт.;
- шнуры разной длины - 3 шт.;
- гантели весом 500 гр. – 60 шт.;
- гимнастическое колесо – 30 шт.;
- степы детские – 15 шт.;
- кубики высотой 5см – 60 шт.;
- лыжи – 35 пар;

Нестандартное оборудование

1. Фитбол-мяч – 20 шт.
2. Степ-тренажеры - 24 шт.
3. Полотно для метания – 2 шт.
4. Парашют – круг диаметром 4 м – 1 шт.
5. Кольца диаметром 15 см - 30 шт.
6. Четки большие длиной 3,5 м – 1 шт.
7. Крутипочки - 30 шт.
8. Шумелки – 60 шт.
9. Тарелочки для метания – 40 шт.
10. Мячи в сетке с петлей диаметром 7 см – 12 шт.

3.2.2. Информационное обеспечение:

- фотоаппаратура;
- компьютер с выходом в интернет (в методическом кабинете);
- методическая и психолого-педагогическая литература;
- специальная литература по физической культуре для дошкольников;
- информация о передовом опыте по проблеме;

- видео-материалы.

3.2.3. Кадровое обеспечение

В реализации программы принимает участие инструктор по физической культуре – Теуцакова Елена Петровна, высшая квалификационная категория.

Сертификат №111-14 «Методика игрового тестирования физического развития детей в норме и при различных вариантах двигательных нарушений» - 36 часов 2014 г.

Сертификат №168-15 «Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного возраста» - 36 часов 2015 г.

Сертификат №207-15 «Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного возраста» - 72 часа 2015 г.

Удостоверение №7340 «Физическое развитие дошкольников в условиях реализации ФГОС дошкольного образования» - 72 часа 2018 г.

2.3. Формы аттестации (способы проверки результатов освоения программы)

2.3.1. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

- аналитическая справка по результатам диагностики (тестирования);
- журнал посещаемости;
- грамоты и дипломы (при наличии конкурсов и фестивалей в образовательной среде).

2.3.2. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

онлайн фотовыставка на сайте ДОО, участие в городских соревнованиях – ежегодно 5 раз в год - Спартакиада «Крепыш», спортивный праздник, игры-соревнования.

2.4. Оценочные материалы

Листы наблюдений (тестирования) Приложение

Материалы диагностики (контроль и оценка результатов)

Контроль и оценка результатов

Контрольное тестирование состояния мышечного корсета, физических качеств (сила рук, равновесие, ловкость, скоростные качества, гибкость, выносливость мышечного корсета), проводится два раза в год: в начале и в конце каждого учебного года.

Технология тестирования физических качеств и двигательных навыков дошкольников. Все тесты проводятся с небольшой группой детей (5-7). Перед тестированием используется показ педагога или другого ребенка.

Содержание диагностических тестов

1. Бег 30 м

Бег проводится на асфальтовой дорожке шириной 2 м. на дорожке обозначаются линии старта и финиша. За линией финиша. На расстоянии 5-6 м от него, ставится яркий

ориентир (кегля или флажок на подставке) для предотвращения резкой остановки ребёнка после пересечения линии финиша. Ребёнку предлагают выполнить 2 попытки. Отдых между пробегами 3-5 минут. По команде: «На старт!» - ребенок подходит к линии старта и принимает стартовую позу; по команде: «Внимание!» - слегка корпус наклонить вперёд, ноги в коленях слегка согнуты, смотрит на флажок в руках инструктора; по команде: «Марш!» - ребёнок стартует и бежит до ориентира. В протокол заносится время лучшей попытки в секундах

2. Прыжок в длину с места

Для проведения прыжков создаются необходимые условия: гимнастический коврик с разметкой через 10 см. ребёнок встаёт у линии старта, касаясь её носками ног, делает интенсивный взмах руками, отталкивается двумя ногами и выполняет прыжок на максимальное расстояние. Измеряется расстояние от линии старта до пятки «ближней ноги» в конце прыжка. Прыжок выполняется 2 раза, фиксируется лучшая попытка.

3. Наклон вперед из положения сидя

Тест проводится с помощью специальной доски, на которой прикреплена линейка и ограничители для фиксации пяток у начала линейки. Ребенок садится на коврик, фиксируя пятки, и выполняет наклон вперед, руками касаясь линейки как можно дальше.

4. Подъём туловища из положения, лёжа на спине

Упражнение выполняется на поролоновом коврике у гимнастической стенки. Ребёнок ложится на мат, руки за головой в замке, стопы ног под нижней рейкой гимнастической стенки ноги в коленях согнуты. По команде: «Марш!» – поднимается в сед, касаясь локтями коленей. На протяжении 30 секунд выполняет это упражнение максимальное количество раз.

5. Челночный бег 3 раза по 10 м

Ребенок встает у контрольной линии, где установлены 3 кубика (ребро 7 см); на расстоянии 5 м на линии финиша кладется обруч. Необходимо пробежать дистанцию (3 раза по 6 м), поочередно принося по одному кубику с линии старта на линию финиша. Указание: кубик надо ставить, а не бросать. Упражнение выполняется 2 раза, засчитывается лучший результат в секундах

6. Статическое равновесие

Исходное положение: стоя, пятка правой (левой) ноги примыкает к носку левой (правой) ноги, стопы расположены по прямой линии, руки свободно вдоль туловища, глаза открыты. Необходимо удерживать равновесие, сохраняя заданную позу. Секундомером фиксируется время выполнения двух попыток. Учитывается лучший результат.

7. Отбивание мяча от пола с продвижением вперед

Испытуемому предлагается в течение 30 секунд отбивать мяч от пола любой рукой с продвижением вперед. Указание: если ребёнок потерял мяч, он должен подобрать его и продолжать выполнять упражнение.

Фиксируется общее количество ударов за 30 секунд. Даются 2 попытки, засчитывается лучший результат

8. Прыжки через скакалку

Ребёнок принимает исходное положение: ноги вместе, руки внизу, в руках скакалка. Предлагается выполнить как можно больше прыжков через скакалку за 30 секунд указание: для каждого ребенка должна быть правильно подобрана скакалка. Скакалка считается подобрана правильно при условии, когда концы её достают до подмышек, если ребёнок встает в середину скакалки обеими ногами и натягивает её. Даются 2 попытки, фиксируется лучший результат.

9. Бросок набивного мяча

Ребёнок встает у контрольной линии, одна нога отставлена назад, мяч в обеих руках за головой и бросает мяч, как можно дальше. При броске мяча ступни ног не должны отрываться от пола. Даются 2 попытки, фиксируется лучший результат.

Ориентировочные показатели физической подготовленности детей 6-7 лет

(по М. А. Руновой, 1998)

Наименование показателя	пол	Возраст	
		6 лет (начало уч. года)	7 лет (конец уч. года)
Время бега на 30 м со старта (сек)	М	8,0 – 6,5	7,2 – 6,0
	Д	8,1 – 6,5	7,2 – 6,1
Прыжок в длину с места	М	100 – 150	130 – 150
	Д	90 – 140	125 – 150
Наклон вперед из положения сидя	М	4 – 7	5 – 8
	Д	7 – 8	8 – 12
Подъём туловища из положения лежа на спине	М	12 – 25	15 – 30
	Д	11 – 20	14 – 28
Челночный бег 3x10м (с)	М	11,2 – 9,9	9,8 – 9,5
	Д	11,3 – 10,0	10,0 – 9,9
Статическое равновесие (с)	М	25 – 35	35 – 42
	Д	30 – 40	45 – 60
Отбивание мяча от пола с продвижением вперед	М	11 – 20	35 – 70
	Д	10 – 20	35 – 70
Прыжки через скакалку	М	3 – 15	7 – 21
	Д	3 – 20	15 – 45
Бросок набивного мяча весом 1 кг	М	175 – 300	220 – 350
	Д	170 – 280	190 – 330

Критерии оценки выполнения задач программы

Задачи	Механизм оценки	Ожидаемый результат
Оздоровительно-развивающие	Углубленный медосмотр	Улучшение осанки, коррекция выявления отклонений; Повышение уровня общей физической подготовки
Воспитательные	Участие в совместных мероприятиях, досугах, праздниках; Оценка осознанности движений с наименьшей затратой сил и наибольшим эффектом	Появления чувства сотрудничества и взаимопомощи в процессе занятий
Обучающие	Мониторинг Контроль и оценка результатов. Контроль динамики состояния мышечного корсета и состояния дыхательной системы	Выполнение упражнений из разных исходных положений, самоконтроль техники выполнения упражнений

2.5. Методические материалы

Для реализации программы используются следующие методические материалы:

Методическая литература для проведения занятий:

- по физической культуре;
- календарно-тематический план;
- наглядные пособия (иллюстрации, картины, альбомы, фотографии);
- игры, стихи, загадки по темам занятий;
- ресурсы информационных сетей по методике проведения занятий и подбору дидактического материала;
- методические рекомендации для педагогов и родителей по физическому развитию детей дошкольного возраста 6-7 лет.

2.6. Список литературы и интернет-источников

1. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. – М.: linka-press, 2009.
2. Банникова Л. П. Программа оздоровления детей в ДОУ: Методическое пособие. М.: Сфера, 2017.
3. Волошина Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. М.: «Арти», 2015.
4. Галицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении – М.: Скрепторий, 2014.
5. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду/под ред. Т.С. Яковлевой. – М.: Школьная пресса, 2016.
6. Маханева М.Д. С физкультурой дружить - здоровым быть. – М.: ТЦ «Сфера», 2009.

7. Муллаева Н.Б. Конспекты – сценарии занятий по физической культуре для дошкольников. С.-П.: «Детство – пресс», 2005.
8. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Рунова М.А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для ДОУ. – М.: Мозаика-Синтез, 1999.
9. Подольская Е. И. Необычные физкультурные занятия для дошкольников. - Волгоград: «Учитель», 2018.
10. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая (средняя, старшая, подготовительная) группа. – М.: Мозаика – Синтез, 2009 – 2010
11. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. – М.-ТЦ Сфера, 2005.
12. Развивающая педагогика оздоровления. Педагогическая технология: Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. - 2012
13. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду – М.: Мозаика-Синтез, 2017
14. Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания. – М., 2015.
15. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. – М.: Владос, 2003.
16. Бережнова О.В., В. В. Бойко, Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет «Малыши – крепыши». – М.: Цветной мир, 2017.

IV. Дополнительный раздел программы (краткая презентация программы)

4.1. Возрастные и иные категории детей

Дополнительный раздел (краткая презентация программы для родителей). В соответствии пп.6 части 3 статьи 28 Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации, п.2.13 приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 года № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» дополнительным разделом Программы является краткая презентация Программы ориентированная на родителей (законных представителей) детей.

Программа ориентирована на следующие категории детей:

– старший дошкольный возраст (6-7 лет);

4.2. Направленность программы:

Отличительная особенность программы «Ритмика и танец» в том, что она носит вариативный характер используемых с детьми методов и приемов, что обеспечивает

психолого-педагогическую поддержку физического и эмоционального развития детей в танцевальной деятельности.

4.3. Характеристика взаимодействия педагогического коллектива с семьями детей

Семья играет главную роль в жизни ребёнка. Важность семейного воспитания в процессе развития детей определяет важность взаимодействия семьи и дошкольного учреждения, поэтому работа с родителями является одним из важнейших направлений в работе по созданию благоприятных условий для развития творческих способности детей дошкольного возраста.

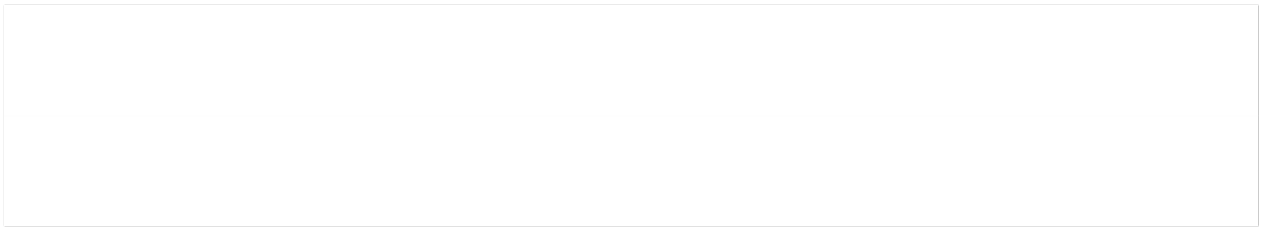
Ориентация на индивидуальность ребенка требует тесной взаимосвязи между детским садом и семьей, и предполагает активное участие родителей в педагогическом процессе.

Поскольку родительское мнение наиболее авторитетно для ребенка и только у родителей есть возможность закреплять формируемые навыки в процессе каждодневного непосредственного общения со своим малышом, помощь родителей в процессе воспитания детей в детском саду обязательна и чрезвычайно ценна.

Чтобы убедить родителей в необходимости активного участия в процессе формирования творческих способностей детей можно использовать такие формы работы:

- выступление на родительских собраниях;
- анкетирование, опрос;
- консультирование;
- открытые занятия (с возможностью для родителей присоединиться к процессу);
- проведение праздников и развлечений с участием родителей.

В процессе работы с родителями можно использовать вспомогательные средства. В «Родительском уголке» размещать полезную информацию, которую родители имеют возможность изучить, пока их дети одеваются. В качестве информационного материала размещать статьи специалистов, взятые из разных журналов, книг, конкретные советы, актуальные для родителей. В течение года в детском саду проводить «День открытых дверей» для родителей, когда они могут посетить занятия, посмотреть режимные моменты, поучаствовать в организованной образовательной деятельности и совместных досуговых мероприятиях. В современных условиях взаимодействие с родителями осуществляется и с использованием социальных сетей и мессенджеров.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА №44
Г.ТОМСКА**, Фех Валентина Анатольевна, ЗАВЕДУЮЩАЯ

31.08.23 09:28 (MSK)

Сертификат 39E94CE03F9E5C33B7F2A76A9FFFB862