

Принята
решением Педагогического Совета
МБДОУ ДС КВ № 33 г. Ейска
МО Ейский район
протокол от 30 августа 2024г. № 1

Утверждена
приказом МБДОУ ДС КВ
№ 33 г. Ейска МО Ейский район
от 30 августа 2024г. № 156-ОД

С учётом мнения
Совета родителей
МБДОУ ДС КВ № 33 г. Ейска
МО Ейский район
протокол от 28.08.2024г. № 1

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «СПОРТ-САД»

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год (56 ч.)

Возрастная категория: от 5 до 7 лет

Состав группы: до 15 человек

Вид программы: модифицированная, адаптированная

Программа реализуется на внебюджетной основе

ИД-номер Программы в Навигаторе: 41578

Автор-составитель:
Куличенко Наталья Алексеевна,
инструктор по физкультуре

г. Ейск, 2024

Содержание программы

№ п/п	Наименование раздела, темы	Страницы
	Введение	3
Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты		
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи программы	6
1.3.	Содержание программы	7
1.4.	Прогнозируемые результаты освоения программы	10
Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий		
2.1.	Календарный график программы	11
2.2.	Материально-техническое обеспечение	11
2.3.	Формы контроля и аттестации	12
2.4.	Календарный учебный график программы	12
Список литературы		

Введение

Сегодня быть здоровым – актуально. В основе здоровья лежит способность организма приспосабливаться к меняющимся условиям внешней среды. Фундамент здоровья подрастающего поколения закладывается в дошкольном возрасте, когда у ребенка формируются стабильные привычки, от которых зависит их здоровье, физическая и интеллектуальная работоспособность.

Спортивные игры являются универсальным средством физического воспитания с их помощью достигается цель – формирование основ физической и духовной культуры личности. В детском саду дети играют по упрощенным правилам в хоккей, футбол, баскетбол, волейбол (*пионербол*), городки, бадминтон.

Эти игры закаляют волю, вырабатывают настойчивость, целеустремленность, способность быстро принимать решения. Игры с мячом занимают значительное место среди других средств физического воспитания и усложняются от группы к группе за счет введения дополнительных заданий, а также более сложных способов их выполнения. В группах старшего возраста, кроме подбрасывания мяча разными способами с различными заданиями, метаний на дальность и в цель, предусмотрено формирование навыков ведения, отбивания мяча, ловли, передачи, а также забрасывания мяча в корзину, перебрасывания через сетку.

Задачей МБДОУ ДС КВ № 33 г. Ейска МО Ейский район (далее – ДОУ) стало расширить комплекс образовательных услуг по физическому развитию воспитанников. В целях реализации физкультурно-оздоровительных задач в ДОУ организованы дополнительные образовательные услуги для детей физкультурно – спортивной направленности – спортивный кружок «Спорт-сад».

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты.

1.1. Пояснительная записка

Направленность. Данная программа физкультурно-спортивной направленности, является адаптированной, ознакомительной. Она разработана для занятий с детьми 5-7 лет, а также детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью.

Актуальность.

Работа такого кружка является одним из новых и эффективных средств повышения двигательной активности детей. В системе физического воспитания дошкольников действия с мячом занимают важное место. Мяч – это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания.

Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами разного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение.

Они укрепляют мышцы, удерживают позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки. В действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. При передвижении по площадке ребенок упражняется в беге с ускорением, с изменением направления, в беге в сочетании с ходьбой, с прыжками,

в беге с остановкой, в беге с приставным шагом. Включается в работу левая рука, что важно для полноценного физического развития ребенка. Развиваются не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивается подвижность в суставах кисти пальцев рук. Структура занятий позволяет удовлетворить высокую двигательную потребность детей старшего дошкольного возраста.

Новизна данной программы в том, что используется игровой метод и упражнения из арсенала спортивных игр в системе физического воспитания детей 5-7 лет, а также детей с ОВЗ. Физкультурные занятия, построенные на использовании элементов спортивных игр и упражнений, в значительной степени способствуют повышению уровня физической подготовленности, физическому и психическому развитию, вызывают повышенный интерес к занятиям двигательной деятельностью у дошкольников.

Педагогическая целесообразность программы

Дети, знакомясь со свойствами мяча, выполняя разнообразные действия с ним, получают нагрузку на все группы мышц (спина, брюшной пресс, ноги, руки, кисти) – активизируется весь организм.

Отличительные особенности.

В своей работе использую парциальные программы по физическому развитию детей дошкольного возраста. Данная программа направляет усилия педагогов на то, как помочь ребёнку найти себя в движении. В основе этой концепции лежит взаимосвязь обучения дошкольника с его физическим и психическим состоянием.

Адресат программы. Программа предназначена для детей в возрасте от 5 до 7 лет, не имеющих предварительных навыков, а также для детей с ОВЗ и инвалидностью.

Уровень программы, объем и сроки программы

Программа рассчитана на 1 год обучения для детей 5-7 лет.

Занятия спортивного кружка «Спорт -сад» для детей 5-7 лет проводятся два раза в неделю -56 занятий в год длительностью 30 минут (с 01.11 2024 года по 30 мая 2025 года).

Специальные условия для детей с ОВЗ, инвалидностью.

Для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи:

Специальные методики обучения, способствующие речевому развитию: применение методов, ориентированных на развитие слухового восприятия и тактильных навыков, игры с рифмами и логопедические игры, использование жестового языка.

Индивидуальный подход с учетом особенностей каждого ребенка, что позволит более эффективно работать над речевыми навыками. Создание условий для взаимодействия с другими детьми, что способствует социализации и обмену речевыми навыками в игровой форме.

Для обучающихся с задержкой психического развития:

Обучение с опорой на наглядность. Использование визуальных и тактильных пособий, таких как карточки с изображениями, схемы и интерактивные игры, которые поддерживают мотивацию и более длительную концентрацию внимания.

Специальные методики обучения, способствующие речевому развитию: применение методов, ориентированных на развитие слухового восприятия и

тактильных навыков, игры с рифмами и логопедические игры, использование жестового языка.

Индивидуальный подход с учетом особенностей каждого ребенка, что позволит более эффективно работать над речевыми навыками.

Создание условий для взаимодействия с другими детьми, что способствует социализации и обмену речевыми навыками в игровой форме.

Форма обучения – групповая, предельная наполняемость групп – 15 человек. Кружок «Спорт-сад» для детей 5-7 лет проводится на базе ДООУ.

Группа комплектуется детьми от 5-7 лет на основании результатов заявлений родителей.

Методы обучения детей упражнениям и играм с мячом

- * показ образца с одновременным объяснением, выполнением действий и включением в них детей.
- * пояснение и показ упражнений;
- * повторение упражнения;
- * использование схематичных изображений – алгоритмов выполнения упражнений;
- * творческие задания;
- * игровые и соревновательные задания.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение.

Типы занятий:

- комбинированный,
- первичного ознакомления с материалом;
- усвоение новых знаний;
- применение полученных знаний на практике;
- закрепление, повторение.

Технологии: здоровьесберегающие технологии; технология сохранения и стимулирования здоровья; технология обучения здоровому образу жизни; коррекционные технологии; технология сравнения.

Формы организации занятия:

- специально – организованная деятельность педагога с детьми;
- совместная деятельность взрослого с детьми;
- использование новых технологий.

Алгоритм занятия: объяснение с показом. Педагог рассказывает и показывает. Практическая работа детей.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: совершенствование двигательной деятельности детей на основе формирования потребности в движениях.

Основные задачи:

Обучающие

1. Научить детей владеть мячом на достойно высоком уровне.
2. Обучать технике игры в волейбол, баскетбол, пионербол, мини-футбол.
3. Познакомить дошкольников с историей игр.

Воспитывающие

1. Формировать интерес к физическим упражнениям с мячом.
2. Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.
3. Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.
4. Воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Развивающие

1. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.
2. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование, разучить индивидуальную тактику. Умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.
3. Развивать психофизические качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость.
4. Развивать координацию движений; ручную умелость.

1.3. Содержание программы Учебный план

№ п/п	Название раздела, тема	Количество занятий			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Диагностика	1		1	Наблюдение за ребенком
2	История возникновения мяча	1	1		Наблюдение за ребенком
3	Беседа о спортивной игре «волейбол»	1	1		Наблюдение за ребенком
4	Беседа о спортивной игре «баскетбол»	1	1		Наблюдение за ребенком
5	Беседа о спортивной игре «футбол»	1	1		Наблюдение за ребенком
6	Броски мяча	14		14	Наблюдение за ребенком
7	Отбивание мяча	4	-	4	Наблюдение за ребенком
8	Перебрасывание мяча	10		10	Наблюдение за ребенком
9	Забрасывание мяча в цель	7		7	Наблюдение за ребенком
10	Ведение мяча	14		14	Наблюдение за ребенком
11	Перебрасывание мяча через сетку	2		2	Наблюдение за ребенком
12	Игры с обручем	1		1	Наблюдение за ребенком
13	Спортивная скакалка	1		1	Наблюдение за ребенком
Итого:		56	4	52	

1.4. Прогнозируемые результаты освоения программы

- укрепление здоровья детей,
- повышение уровня двигательной активности,
- формирование двигательных умений и навыков, укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях,
- умение чувствовать себя комфортно в большом коллективе,
- умение владеть мячом на достаточно высоком уровне.

Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий.

2.1. Календарный график программы

Все изменения, вносимые образовательной организацией в годовой календарный график, утверждаются приказом заведующего и доводятся до всех участников реализации дополнительной общеобразовательной программы.

Начало учебного года по Программе	01 ноября 2024 г.
Окончание учебного года по Программе	30 мая 2025 г.

2.2. Материально-техническое обеспечение

Кружковая работа организуется:

- специально отведенное время;
- спортивный зал для занятий.

Для реализации программы используются:

Материально-техническое оснащение, оборудование

Технические средства	Учебно-наглядные пособия	Оборудование
<ul style="list-style-type: none">• Музыкальный центр.• Ноутбук.• Мультимедиа.	<ul style="list-style-type: none">• Дидактические картинки «Спорт» с изображением вида спорта и подробным описанием возникновения спортивных игр.• Карточки с изображением	<ul style="list-style-type: none">• Мячи резиновые разного диаметра – по количеству детей.• Гимнастическая скамейка – 2 шт.• Гимнастическая

	<p>исходных положений.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Карточки - схемы построений (в круг, в два круга, в колонну и в рассыпную). 	<p>доска – 2 шт.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Веревки – 2шт. • Дуги- 2 шт. • Обручи – 5 шт. • Ворота – 2 шт. • Кегли – 10 шт. • Флажки – 3 шт. (разных цветов). • Скакалки-10шт.
--	--	---

Кадровое обеспечение

Куличенко Наталья Алексеевна – педагог по физическому воспитанию, образование – высшее педагогическое.

2.3. Формы контроля и аттестации

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во занятий	Форма проведения организации занятия	Место проведения занятия
1.	01.11.2024г.	Контрольно-диагностическое занятие. Выявить уровень физической подготовленности детей.	1	групповая	Спортивный зал
2.	08.11.2024г.	(Праздник обручей). Выявить интерес детей к играм с обручем. Развивать умение манипулировать обручем, ловкость рук, глазомер.	1	групповая	Спортивный зал
3.	11.11.2024г.	История возникновения мяча.	1	групповая	Спортивный зал
4.	15.11.2024г.	Беседа о спортивной игре «Волейбол».	1	групповая	Спортивный зал
5.	18.11.2024г.	Упражнять в ловле мяча кистями рук.	1	групповая	Спортивный зал

Итоговая аттестация не предусматривается.

2.4. Календарный учебный график программы

6.	22.11.2024г.	Познакомить детей со спортивной игрой баскетбол, правилами игры.	1	групповая	Спортивный зал
7.	25.11.2024г.	Упражнять в забрасывании мяча в корзину, мягкой ловле кистями рук.	1	групповая	Спортивный зал
8.	29.11.2024г.	Спортивная скакалка. Развивать быстроту реакции и умение ориентироваться в пространстве; умение манипулировать скакалкой.	1	групповая	Спортивный зал
9.	02.12.2024г.	Познакомить детей со спортивной игрой футбол, правилами игры.	1	групповая	Спортивный зал
10.	06.12.2024г.	Упражнять в умении мягко ловить мяч ногами.	1	групповая	Спортивный зал
11.	09.12.2024г.	(Футбольный мяч). Проверить качество двигательных навыков в играх с элементами футбола.	1	групповая	Спортивный зал
12.	13.12.2024г.	(Весёлые старты с мячом). Проверить технику владения мячом. Учить играть парами и маленькими подгруппами по определенным правилам.	1	групповая	Спортивный зал
13.	16.12.2024г.	Закреплять навык передачи друг другу мяча с помощью ног.	1	групповая	Спортивный зал
14.	20.12.2024г.	Подвижные игры с мячом.	1	групповая	Спортивный зал
15.	23.12.2024г.	Учить бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно	1	групповая	Спортивный зал
16.	27.12.2024г.	Развивать ловкость при ловле мяча с поворотом кругом.	1	групповая	Спортивный зал
17.	28.12.2025г.	Останавливать мяч в движении.	1	групповая	Спортивный зал
18.	10.01.2025г.	Учить отбивать мяч по кругу.	1	групповая	Спортивный зал
19.	13.01.2024г.	Броски малого мяча об пол, ловля	1	групповая	Спортивный

		обеими руками одновременно.			зал
20.	17.01.2025г.	Перебрасывание мяча друг другу разными способами.	1	групповая	Спортивный зал
21.	20.01.2025г.	Закреплять умение отбивать движущийся мяч ногами.	1	групповая	Спортивный зал
22.	24.01.2025г.	«Познай себя и свои способности». Направить внимание детей на познание своих возможностей и способностей. Учить технике перемещения с мячом.	1	групповая	Спортивный зал
23.	27.01.2025	Упражнять в метании малого мяча на дальность.	1	групповая	Спортивный зал
24.	03.02.2025г.	Забрасывание мяча в корзину с трех шагов.	1	групповая	Спортивный зал
25.	07.02.2025г.	Бросание и ловля мяча	1	групповая	Спортивный зал
26.	10.02.2025г.	Прокатывание мяча ногами по прямой.	1	групповая	Спортивный зал
27.	14.02.2025г.	Перебрасывание мяча в парах разными способами.	1	групповая	Спортивный зал
28.	17.02.2025г.	«Поле чудес». Учить ловить мяч, летящий навстречу: выбегать вперед, подпрыгивать за ним и отбивать любой частью тела. Развивать фантазию. Учить выполнять кувырок назад.	1	групповая	Спортивный зал
29.	21.02.2025г.	Бросание мяча до указанного ориентира.	1	групповая	Спортивный зал
30.	24.02.2025г.	Ведение мяча, продвигаясь бегом.	1	групповая	Спортивный зал
31.	28.02.2025г.	Перебрасывание мяча через сетку в парах.	1	групповая	Спортивный зал

32.	03.03.2025г.	Учить ловко принимать и точно передавать мяч друг другу во время ходьбы.	1	групповая	Спортивный зал
33.	07.03.2025г.	Упражнять в умении передачи мяча в движении	1	групповая	Спортивный зал
34.	10.03.2025г.	Учить отбивать мяч ладонями в движении.	1	групповая	Спортивный зал
35.	14.03.2025г.	Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно.	1	групповая	Спортивный зал
36.	24.03.2025г.	Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя, сидя.	1	групповая	Спортивный зал
37.	28.03.2025г.	Бросание мяча в вертикальную цель	1	групповая	Спортивный зал
38.	31.03.2025г.	Упражнять в умении броска в ворота на меткость.	1	групповая	Спортивный зал
39.	04.04.2025г.	«Весёлые старты с мячом». Проверить технику владения мячом. Учить играть парами и маленькими подгруппами по определенным правилам.	1	групповая	Спортивный зал
40.	07.04.2025г.	Упражнять в точной передаче мяча друг другу.	1	групповая	Спортивный зал
41.	11.04.2025г.	Перебрасывание мяча друг другу в парах во время бега.	1	групповая	Спортивный зал
42.	14.04.2025г.	«День футбола». Развивать интерес к игре в футбол. Учить соблюдать правила игры.	1	групповая	Спортивный зал
43.	18.04.2025г.	Ведение мяча правой, левой рукой в разных направлениях, с остановкой на сигнал.	1	групповая	Спортивный зал
44.	21.04.2025г.	Забрасывание мяча в корзину с	1	групповая	Спортивный зал

		трех шагов.			
45.	25.04.2025г.	Учить останавливать мяч ногой.	1	групповая	Спортивный зал
46.	28.04.2025г.	Передача мяча друг другу ногой.	1	групповая	Спортивный зал
47.	05.05.2025г.	Броски мяча вверх с хлопками за спиной.	1	групповая	Спортивный зал
48.	12.05.2025г.	Отрабатывать плавные движения при ведении мяча змейкой.	1	групповая	Спортивный зал
49.	16.05.2025г.	Ведение мяча ногой в движении.	1	групповая	Спортивный зал
50.	19.05.2025г.	Перебрасывание мяча через сетку.	1	групповая	Спортивный зал
51.	23.05.2025г.	Броски мяча ногой в ворота на меткость	1	групповая	Спортивный зал
52.	26.05.2025г.	Броски мяча в корзину 2-мя руками из - за головы	1	групповая	Спортивный зал
53.	30.05.2025г.	Развлечение «Разноцветный быстрый мяч».	1	групповая	Спортивный зал

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» Книга для воспитателей детского сада./ Э.Й. Адашкявичене.М.: Просвещение,1992.159с.
- 2.Волошина, Л.Н. «Играйте на здоровье!» [Текст]: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет/Л.Н. Волошина. М.: АРКТИ, 2004. - 144с.
3. Николаева Н.И. Школа мяча : учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений/Н.И. Николаева СПб. «Детство - Пресс», 2008.-96с.
4. Осокина Т.И. Физические упражнения и подвижные игры для дошкольников [Текст]: / Т.И. Осокина, Е.А Тимофеева.- Изд.2-е, доп., М., «Просвещение», 1971.-210с.
5. Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет» - «Детство-пресс»,2009.
6. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей старших дошкольников» - издательство «Детство-пресс», 2010.

7. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая, подготовительная группа. Конспекты занятий. – М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2009. – 112с.

8. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет /Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2014. – 144с.

9. Э.Й Адашкявичене «Баскетбол для дошкольников» М. Изд. «Просвещение»1983г.

Заведующий

Г.А. Ефимова