

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЕЙСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 33  
ГОРОДА ЕЙСКА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЕЙСКИЙ РАЙОН

Принята  
педагогическим советом  
протокол от 30.08.2024 г. № 1

Утверждена  
приказом заведующего  
МБДОУ ДСКВ № 33 г. Ейска  
МО Ейский район  
\_\_\_\_\_ Г.А. Ефимова  
от «30» августа 2024 г. № 158-ОД

ЕФИМОВА  
ГУЛЬНАРА  
АЛЬБЕРТОВНА

Подпись: ЕФИМОВА ГУЛЬНАРА АЛЬБЕРТОВНА  
ИН. С.И.И. № Краснодарский край, ЕЙСКИЙ Т.Заведующий,  
Муниципальное бюджетное дошкольное  
образовательное учреждение детский сад  
комбинированного вида № 33 города Ейска,  
Муниципального образования Ейский район,  
СНИПС-03151005078, ИНН-230601628800, Е-№033@ey.ru, ед.п.  
С:ГУЛЬНАРА АЛЬБЕРТОВНА, С:ИЕФИМОВА, С:ИЕФИМОВА  
ГУЛЬНАРА АЛЬБЕРТОВНА  
Описание: Является автором этого документа  
Местоположение: место подписания  
Дата: 2024.10.29 11:07:32+0300

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«СПОРТ-САД»**

**Уровень программы:** ознакомительный

**Срок реализации программы:** 1 год (56 занятий)

**Возрастная категория:** от 5 до 7 лет

**Состав группы:** до 15 человек

**Вид программы:** модифицированная

**Программа реализуется на внебюджетной основе ID-  
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.

##### **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 в ДОУ. 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.

#### **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).

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

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
<b>Итого:</b>		<b>58</b>	4	54	

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



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

### **Кадровое обеспечение**

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

#### **2.3. Формы контроля и аттестации**

Итоговая аттестация не предусматривается.

#### **2.4. Календарный учебный график программы**

№ 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
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	1	групповая	Спортивный зал

		маленькими подгруппами по определенным правилам.			
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 обеими руками одновременно.	1	групповая	Спортивный зал
20.	17.01.2025г.	Перебрасывание мяча друг другу разными способами.	1	групповая	Спортивный зал
21.	20.01.2025г.	Закреплять умение отбивать движущийся мяч ногой.	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 трех шагов.	1	групповая	Спортивный зал
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.

