

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Платошинский детский сад «Солнышко»  
Пермского муниципального округа Пермского края**

**СОГЛАСОВАНО**  
на педагогическом  
совете №6  
от 02.06.2025г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующий МАДОУ  
«Платошинский детский сад  
«Солнышко»  
Ю.А.Зайнетдинова  
«\_» 20 г.



**Программа дополнительного образования детей  
«СПОРТИК»  
Срок реализации программы – 2 года**

**Программа рассчитана на детей в возрасте 5 - 7 лет**

**Составитель:  
Инструктор по физической культуре  
Пихтовникова Татьяна Владимировна**

**Платошино 2025г**

## **Оглавление**

1. Пояснительная записка.....	3
2. Информационная карта программы.....	8
3. Расписание организации занятий по программе «СПОРТИк».....	9
4. Список детей.....	10
5. Учебно-тематический план к программе «СПОРТИк».....	11
6. Прогнозируемый результат.....	13
7. Список литературы.....	14

## **Пояснительная записка**

Дошкольный возраст – это возраст, в котором закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств, формирования основ здорового образа жизни.

В целях достижения у детей запаса прочности здоровья, развития двигательных способностей, улучшения физической подготовленности разработана дополнительная общеобразовательная/общеразвивающая программа **«Спортивные игры»** в рамках **физкультурно-спортивной направленности.**

### **Актуальность программы.**

Вопрос об укреплении и сохранении здоровья детей на сегодняшний день стоит очень остро. Медицина отмечает следующую тенденцию - увеличение числа дошкольников, имеющих различные функциональные отклонения, хронические заболевания.

Выдающийся педагог В.А. Сухомлинский отмечал: «Я не боюсь ещё и ещё раз повторить: забота о здоровье ребенка – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В соответствии с Законом «Об образовании» здоровье детей относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Их физическому воспитанию большое внимание уделяется в Концепции дошкольного образования. «Актуальной задачей физического воспитания, - говорится в Концепции, - является поиск эффективных средств совершенствования развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях».

В рамках работы кружка будут изучены основные элементы спортивных игр - футбол, баскетбол, настольный теннис, городки, бадминтон и др. Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни, через специально организованную двигательную активность ребенка. Этим и объясняется её актуальность.

**Педагогическая целесообразность программы** состоит в том, что в настоящей программе соединены вопросы теории и практики в развитии физических способностей детей. Исходя из этого, программа построена:

- практические, словесные, наглядные методы обучения, используемые на занятиях, дают возможность для развития индивидуальных физических способностей учащихся;
- технологии игровых методик в обучении расширяют кругозор, развивают познавательную деятельность и компетентность учащихся, формируют определенные умения и навыки, необходимые в практической деятельности;
- здоровьесберегающие технологии позволяют во время занятия равномерно распределять между детьми различные виды деятельности;

- использование информационно - коммуникативных технологий повышает мотивацию к занятиям, создаёт благоприятные условия для лучшего взаимопонимания педагога и ребенка.

Занятия построены на основных педагогических принципах:

- доступности (от простого - к сложному);
- систематичности и последовательности;
- дифференцированного подхода к учащимся;
- учет требований гигиены и охраны труда;
- учет возможностей, интересов и способностей детей;
- принцип разнообразия форм обучения;
- принцип учёта индивидуальных особенностей учащихся.

**Цель программы:** формирование интереса и потребности детей к занятиям физической культурой и спортом, популяризация спортивных игр среди дошкольников.

В соответствии с данной целью решаются следующие **задачи**:

**Оздоровительные:**

1. Укрепить здоровье детей, содействовать их гармоничному психофизическому развитию;
2. Содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма;
3. Развивать опорно-двигательный аппарат.

**Образовательные:**

- воспитывать у детей активную жизненную позицию, потребность в здоровом образе жизни;
- воспитывать чувство ответственности и умение работать в команде;
- воспитывать нравственные качества: целеустремлённость и волю, дисциплинированность, настойчивость и умение мобилизовать в нужный момент свои физические силы.

**Развивающие:**

- воспитывать интерес к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортивным играм;
- обучать жизненно - важным двигательным навыкам и умениям;
- овладевать практическими приёмами выполнения элементов спортивных игр: волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис, бадминтон, городки;
- ознакомить детей с основными знаниями техники безопасности.

**Воспитательные:**

4. Воспитывать нравственно-волевые качества: смелость, выдержку, силу воли
5. Формировать устойчивый интерес к занятиям

## **Принципы построения программы:**

Программа «Спортивные игры» модифицированная.

Теоретической основой её создания являются игры и упражнения из программы О. Литвиновой «Система физического воспитания в ДОУ».

Отличительной особенностью настоящей программы является то, что занятия проводятся эмоционально, с большим использованием игровых упражнений с мячом, игр с предметами, что позволяет дольше поддерживать интерес детей, повышать эффективность и точность выполнения упражнений с мячом.

Развитие физических способностей детей осуществляется в интеграции учебно-воспитательного процесса и кружковой работы. Особое внимание уделяется формированию двигательных навыков и закреплению на основе высокой степени повторяемости и оптимальной последовательности способом владения мячом: ведение, броски, передачи, обманные движения и т.п.

Содержание программы ориентировано на создание у детей хорошей физической подготовки, воспитание нравственно-волевых, моральных качеств, чувства коллективизма. Программа разработана с учетом особенностей психомоторного развития дошкольников, реального уровня их физической подготовленности.

Программа «СПОРТИк» рассчитана на 2 года.

### **Методы и приемы:**

Методами успешной реализации программы является:

1. Наглядный.
2. Словесный.
3. Практический.

К ним относятся:

- показ упражнений. Наиболее сложные и новые упражнения показывает инструктор в сочетании с детальным описанием техники их выполнения. Легкие упражнения показывает подготовленный ребенок (направлен на стремление максимально проявить себя и показать свою самостоятельность);

- средства наглядности. Использование схем - карточек, картинок, фотографий, видео (способствуют развитию у детей умственных способностей);

- разучивание упражнений. Наиболее сложные упражнения разучиваются с детьми по частям, затем выполняются целиком. Упражнения выполняются детьми по словесному объяснению тренера по названию упражнения;

- исправление ошибок (необходимо для более внимательного и осознанного отношения детей к замечаниям тренера);

- подвижные игры и игры на внимание и память (благодаря им быстрее усваивается программный материал, развивается координация движений, равновесие, быстрота мышления, двигательная память);

- имитация упражнений (подражание животным, явлениям природы);

- оценка (самооценка) двигательных действий;

- индивидуальная страховка и помощь (применяется при необходимости для преодоления неуверенности, чувства страха у ребенка);

- межличностные отношения между тренером и занимающимся (команды, распоряжения, поощрения, порицания, объяснение способов, выполнения упражнений, убеждения, внушения, запреты связанные с техникой безопасности);

- круговая тренировка, фронтальный метод, поточный способ (повышают моторную плотность занятий);

- соревновательный эффект (позволяет создать лучшее качество и эмоциональное отношение ребенка к выполняемому заданию);

- контрольные задания (обеспечивает выполнение поставленных целей).

### **Обеспечение для занятий:**

Занятия должны проходить в светлом, хорошо проветриваемом помещении (спортивный зал) или на детской площадке, в зависимости от времени года.

Оборудование и спортивный инвентарь:

- Мячи: баскетбольные, мини-футбольные, волейбольные.
- Сетка для переноса и хранения мячей.
- Щит баскетбольный тренировочный.
- Волейбольная сетка.
- Сетка для игры в бадминтон.
- Ракетки бадминтонные.
- Воланы.
- Аптечка медицинская
- Мячики (теннисные), ракетки.
- Секундомер.

Мультимедийное оборудование:

- Ноутбук.
- Мультимедийный компьютер.

### **Этапы работы на занятиях:**

1.Подготовительная часть (построение, объяснение задач, подготовительные упражнения);

2.Основная часть (упражнения на лыжах; дыхательные упражнения; подвижные игры, направленные на освоение изучаемого материала или повторения пройденного; разучивание упражнений, исправление ошибок );

3.Заключительная часть (подвижная игра малой активности, анализ деятельности детей и самооценка, подведение итогов). Занятия включают в себя небольшую теоретическую часть с показом наглядного материала.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ  
«Платошинский детский сад  
«Солнышко»  
\_\_\_\_\_ Ю.А.Зайнетдинова  
«\_\_\_\_\_ » 20 \_\_\_\_ г.

### Информационная карта программы

1. Направление деятельности	Физкультурно-оздоровительное
2. Образовательная область	Физическое развитие
3. Форма и название творческого объединения	Кружок «СПОРТИК»
4. Название образовательной программы	Программа «Спортивные игры» модифицированная. Теоретической основой её создания являются игры и упражнения из программы О. Литвиновой «Система физического воспитания в ДОУ».
5. Вид программы	Дополнительная авторизованная программа
6. Продолжительность образовательного процесса	Один учебный год
7. Возраст обучающихся	Дети дошкольного возраста (5 – 7 лет)
8. Форма организации образовательного процесса	Подгрупповая
9. Форма организации содержания и педагогической деятельности	Интегрированная

10. Достижения обучающихся

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ  
«Платошинский детский сад  
«Солнышко»

\_\_\_\_\_ Ю.А. Зайнетдинова  
«\_\_\_\_\_» 20\_\_\_\_ г.

**Расписание занятий дополнительного образования детей  
«СПОРТИК»  
на 2025-2026 учебный год**

Название кружка	Ф.И.О. педагога	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Место проведения занятий	Принадлежность (ОУ, ДК, ДЮЦ)
«СПОРТИК»	Пихтовникова Татьяна Владимировна					18.00-19.00	Физкультурный зал и территория ДОУ	ОУ

**Список детей, получающих платную образовательную услугу  
МАДОУ «Платошинский детский сад «Солнышко»  
2025-2026 уч. г.**

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия, имя</b>	<b>Возраст</b>
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		

**Примерный тематический план занятий  
по программе дополнительного образования детей «СПОРТИК»**

<b>Месяц</b>	<b>№ занятия</b>	<b>Содержание</b>
Октябрь	1	<b>Вводное занятие.</b> Основные виды спортивных игр. Понятие о ТБ, правилах поведения на занятиях, обращение с инвентарем. Диагностика
	2	<b>Играем в футбол.</b> Знакомство с игрой в футбол, историей её возникновения. Тактика игры в футбол. Тактика нападения, защиты. Тактика вратаря. ТБ на занятиях.
	3	Простейшие технико-тактические действия с мячом (ведение, удар).
	4	Простейшие технико-тактические действия с мячом (передача, обводка).
Ноябрь	5	Техника передвижения. Ведение мяча бегом в прямом направлении. Ведение мяча змейкой.
	6	Передача мяча друг другу ударом ноги. Остановка мяча. Отработка приёмов ведения мяча. Обманные движения. Отбор мяча.
	7	Техника игры вратаря, защитника, нападающего. Отработка основных приёмов игры в футбол. Игра в футбол по упрощённым правилам.
	8	<b>Играем с мячом и ракеткой (теннис, бадминтон).</b> Знакомство с играми (настольный теннис и бадминтон), с историей их возникновения. Подготовительные упражнения: Обучение детей способу правильно держать ракетку.
Декабрь	9	Подбрасывание волана, жонглирование воланом. Техника удара ракеткой справа, слева, над головой.
	10	Подача волана. Игра вдвоем.
	11	Теннис. Отработка навыков действий с мячом и ракеткой.
	12	Разучивание техники: стойки, перемещения, удара толчком, подачи мяча.

Январь	13	Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов. Игра на счет по упрощенным правилам.
	14	<b>Играем в баскетбол.</b> Знакомство с игрой в баскетбол, историей её возникновения. ТБ на занятиях. Обучение технике спортивной игры: стойка баскетболиста.
	15	Обучение технике спортивной игры: передвижение по площадке, остановки шагом, повороты.
	16	Техника нападения и защиты. Техника передвижения. Повороты в движении.
Февраль	17	Отработка умения действий с мячом: передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча.
	18	Отработка умения действий с мячом: ведение мяча правой рукой с изменением направления, при противодействии другого игрока.
	19	Броски мяча в корзину двумя руками от груди и одной рукой от плеча.
	20	Обманные движения, обводка соперника. Отработка умения действий с мячом..
Март	21	Игра в баскетбол по упрощённым правилам.
	22	<b>Играем в волейбол.</b> Знакомство с игрой в волейбол, с историей её возникновения. ТБ на занятиях.
	23	Действия без мяча. Техника нападения. Перемещения и стойки.
	24	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками.
Апрель	25	Передача на точность. Встречная передача.
	26	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.
	27	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками.
	28	Игра в волейбол по упрощённым правилам.
Май	29	Итоговое занятия по 3 блокам
	30	Диагностика

## **Достижения детьми планируемых результатов освоения программы Планируемые результаты.**

### **Личностные.**

У учащихся будут воспитаны:

- активная жизненная позиция, потребность в здоровом образе жизни;
- чувство ответственности и умение работать в команде;
- нравственные качества: целеустремлённость и воля, дисциплинированность, настойчивость и умение мобилизовать в нужный момент свои физические силы.

### **Метапредметные:**

У учащихся будут развиты:

- мотивация к познанию, занятиям физической культурой;
- основные двигательные качества: сила, ловкость, быстрота движений, скоростно-силовые качества, меткость, выносливость;
- внимание и координация;
- гибкость и выносливость.

### **Предметные:**

- воспитан интерес к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортивным играм;
- обучены жизненно - важным двигательным навыкам и умениям;
- обучены практическим приёмам выполнения элементов спортивных игр: волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис, бадминтон, городки;
- ознакомлены с основными знаниями техники безопасности.

**Формы аттестации:** опрос, собеседование, практическая работа, викторина, практический показ, зачет.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** журнал посещаемости, материал тестирования, анкетирования, фото, отзывы детей и родителей, аналитическая справка, аудиозапись, видеозапись, методическая разработка.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** открытое занятие, соревнование, отчет итоговый.



## **Список литературы**

1. О. Литвинова «Система физического воспитания в ДОУ»
2. Адашкявицене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду»  
Кн. для воспитателя дет. Сада – М.: Просвещение, 2002г
3. Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!» программа и технология  
физического воспитания детей 5-7 лет. – М.:АРКТИ, 2004
4. Сулим Е.В. «Зимние занятия по физкультуре с детьми 5-7 лет»  
Планирование. Конспекты.- М.: ТЦ Сфера, 2011.
5. Фролов В.Г. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на  
прогулке» Пособие для воспитателя. – М.: Просвещение,2006.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097529

Владелец Зайнетдинова Юлия Андреевна

Действителен С 08.04.2025 по 08.04.2026