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

СОГЛАСОВАНО на педагогическом совете №6 от 02.06.2025г.

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

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
	Список литературы.	

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 способам владения мячом: ведение, броски, передачи, обманные движения и т.п.

Содержание программы сориентировано 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.

YT]	ВЕРЖ	ДАЮ	
Вав	едуюі	ций МАДОУ	
√ Пл	іатош	инский детский	й сад
⟨Cc	лныц	IKO»	
		Ю.А.Зайнетди	нова
<	>>	20	Γ.

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	Ф.И.О.	Пн	Вт	Ср	$q_{\rm T}$	Пт	Место	Принад-
кружка	педагога						проведени	лежность
	педагога						я занятий	(ОУ, ДК,
								ДЮЦ)
«СПОРТик»	Пихтовникова					18.	Физкульту	ОУ
	Татьяна					00-	рный зал и	
	Владимировна					19.	территория	
						00	ДОУ	

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

№ π/π	Фамилия, имя	Возраст
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		

Примерный тематический план занятий по программе дополнительного образования детей «СПОРТик»

Месяц № Содержание		Содержание				
	занятия					
Октябрь	1	Вводное занятие. Основные виды спортивных игр. Понятие о ТБ, правилах поведения на занятиях, обращение с инвентарем. Диагностика				
	2	Играем в футбол. 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	Играем с мячом и ракеткой (теннис, бадминтон). 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	Играем в баскетбол. 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	Играем в волейбол. 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. Адашкявичене 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.