

Управление образования администрации Ленинск-Кузнецкого городского округа
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №37»

Принято:
Педагогический совет
Протокол № 4
От «10» 06. 2022 г

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №37
Ю.Л.Фадеева
Приказ № 642120153



Дополнительная
общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Быстро, ловко и умело»

Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации: 2 месяца

Разработчик программы:
Потякина Ольга
Юрьевна

г. Ленинск-Кузнецкий, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цель и задачи программы.....	4
1.3 Учебно-тематический план.....	5
1.4 Содержание программы.....	5
1.5 Планируемые результаты обучения.....	7
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	7
2.1 Календарный учебный график.....	7
2.2 Условия реализации программы.....	8
2.3 Формы аттестации.....	8
2.4 Оценочные материалы.....	8
2.5 Методические материалы.....	9
2.6 Список литературы.....	9

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Быстро, ловко и умело» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Нормативно-правовое обеспечение программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с требованиями следующих нормативных документов:

- Закон Российской Федерации «Об образовании» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Постановление об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 от 28.09.2020 № 28).

Актуальность программы

Программа актуальна, так как направлена на правильно организованные подвижные игры, которые оказывают благотворное влияние на детей дошкольного возраста. Данная программа позволяет научить детей физическим упражнениям, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой заранее поставленной цели. Подвижные игры в основном коллективные, поэтому у детей вырабатываются элементарные умения согласовывать свои движения с движениями других играющих.

Педагогическая целесообразность

Содержание программы направлено на достижение целей, формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культуры. Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта. Во время физкультурных праздников привлекать обучающихся к активному участию в спортивных развлечениях, соревнованиях.

Отличительная особенность программы

Программа «Быстро, ловко и умело», является модифицированной дополнительной образовательной программой. Видом деятельности программы, является подвижные и

спортивные игры.

Отличительной особенностью программы является физкультурно-спортивная направленность. Развитие координации, быстроты и точности движений – все это является неотъемлемой частью занятий подвижными и спортивными играми, необходимым для укрепления здоровья и развития детей. Формирование привычки к активному отдыху, в том числе с использованием спортивных и подвижных игр является одним из важных результатов внедрения программы.

Адресат программы

Программа рассчитана для детей дошкольного возраста от 5 до 7 лет.

Срок и объём освоения программы

Срок освоение программы – 2 месяца.

Общий объём часов – 26 часов.

Режим занятий:

Периодичность занятий: 4 раза в неделю по 1 академическому часу, между занятиями - активный отдых.

Формы проведения занятий:

Форма обучения обучающихся на занятии – очная, групповая.

Вид детской группы: состав постоянный. Набор обучающихся свободный.

Наполняемость учебной группы 7-15 человек. Уровень освоения программы – стартовый.

1.2 Цель и задачи программы

Цель: Повышение двигательной активности детей дошкольного возраста, через организацию подвижных игр.

Задачи программы:

- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и научить в них играть;
- развивать физические способности детей (скоростные, силовые и координации);
- воспитывать культуру общения и сотрудничества со сверстниками в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

1.3 Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	0	Беседа

2.	Общеразвивающие упражнения	3	0	3	Наблюдение
3.	Спортивно-подвижные игры	6	1	5	
3.1.	Мини футбол	3	0,5	2,5	Игра
3.2.	Мини баскетбол	3	0,5	2,5	Игра
4.	Подвижные игры	10	0	10	
4.1.	Игры народов мира	2	0	2	Наблюдение
4.2.	Игры с мячом	5	0	5	Игра
4.3.	Игры с обручем	3	0	3	Игра
5.	Спортивные эстафеты	5	0	5	Соревнования
6.	Итоговое занятие	1	0	1	Квест
ИТОГО:		26	2	24	

1.4 Содержания программы

1. Водное занятие. (1 час)

Теория: Игра – это весело! Правила поведения в спортивном зале. Правила пользования спортивным инвентарём. Установка снарядов и меры предосторожности при использовании ими. Основные меры предупреждения травм. Правила поведения в спортивном зале. Виды помощи при выполнении физических упражнений. Удобная обувь, спортивная одежда.

Контроль: Беседа.

2. Общеразвивающие упражнения. (3 часа)

Практика: Ходьба и бег; ходьба на носках, с крестным и приставным шагом, в полуприсяд, выпадами. Бег обычным шагом, на носках. Разнообразные прыжки. Общеразвивающие упражнения со скакалкой, с мячом, с обручем и т.д.

Контроль: Наблюдение.

3. Спортивно-подвижные игры. (6 часов)

3.1. Мини футбол.

Теория: Основные элементы техники спортивных игр и спортивных упражнений. Правила спортивных состязаний. Виды спортивного инвентаря.

Практика: Техника ведения мяча: обучение и совершенствование некоторых способов ведения мяча. Удары правой и левой ногой по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с различными направлениями. Остановка мяча различными способами, забивания мяча в ворота.

Контроль: Игра.

3.2. Мини баскетбол.

Теория: Основные элементы техники спортивных игр и спортивных упражнений. Правила спортивных состязаний. Виды спортивного инвентаря.

Практика: Перебрасывания мяча друг другу, попадания в кольцо, ведения мяча левой и правой рукой. Подбрасывания мяча в верх с хлопком, с поворотом и т.д.

Контроль: Игра.

4. Подвижные игры. (10 часов)

4.1. Игры народов мира.

Практика: Игры с различным инвентарём: «Джамайка», «Куба», «Потяг» - Белоруссия. «Пожарная команда» - Германия. Таджикская народная игра «Горный козел». Украинская народная игра «Хлебчик». Бурятская народная игра «Волк и ягнята».

Контроль: Наблюдение.

4.2. Игры с мячом.

Практика: Отработка бросков в играх с мячом: «Пуля», «Свечка», «Картошка», «Бомба», «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Увернись от мяча», игры на внимания и др.

Контроль: Игра.

4.3. Игры с обручами.

Практика: Игры с обручами: «Каждому свой домик», «Цветные домики», «Перекасти обруч», «Бездомный заяц».

Контроль: Игра.

5. Спортивные эстафеты. (5 часов)

Практика: Эстафеты с мячами, с обручами, скакалками, с предметами, преодоление препятствий на время. Работа в парах, как индивидуальное, так в командах, шуточная эстафета с шарами, шуточная олимпиада, эстафета по сказкам. Игра «Поймай мяч». Игры с элементами эстафеты с бегом: метание, переноска предметов, преодоление препятствий. Игра «Регби», «Мини футбол».

Контроль: Соревнования.

6. Итоговое занятие. (1 час)

Практика: Квест «Игра – это весело!»

Контроль: Квест.

1.5. Планируемые результаты

В результате освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Быстро, ловко и умело» **обучающиеся должны**

знать:

- игры народов мира;
- правила подвижных игр и спортивных состязаний;
- основные элементы техники спортивных игр и спортивных упражнений;
- виды спортивного инвентаря;
- как организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;

уметь:

- играть в подвижные игры;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием;
- соблюдать требования техники безопасности.

Метапредметные:

- развитие физических способностей обучающихся (скоростные, силовые и координации);
- знакомство обучающихся с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга.

Личностные:

- культура общения и сотрудничество со сверстниками в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Предметные:

- знакомство с новыми подвижными играми и правилами игры в них.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Количество учебных недель:

Количество учебных дней:

Сроки контрольных процедур: формы контроля основных компетенций обучающихся представлены в учебном плане, проводятся в ходе занятия по темам и разделам программы в течение учебного года.

Календарный учебный график является обязательным приложением к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Быстро, ловко и умело», утверждается приказом по учреждению, составляется для каждой учебной группы.

2.2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- спортивный зал, спортивная площадка;
- музыкальный центр;
- диски и электронные носители;
- спортивные маты для занятий;
- массажные мячи; спортивные мячи;
- мячи для игр.
- кубики, гантели;
- скакалки, обручи.

Информационное обеспечение:

- методические и учебные пособия, разработки;
- учебно-методический комплекс;

- инструкции по безопасному поведению в спортивном зале;
- плакаты, брошюры;
- разработки игр, викторин, бесед, экскурсий, конкурсов;
- книги, журналы для занятий физическими упражнениями;
- учебные фильмы для детей.

2.3 Формы аттестации / контроля

Контроль за освоением учебного материала проводится в форме наблюдений, тестирования. В начале обучения проводится начальная, итоговая диагностика по отслеживанию уровня освоения обучающимися специальных способностей, физических качеств: гибкости, координации, выносливости, скоростно-силовых качеств. Отслеживается динамика развития специальных способностей. В зависимости от успешности овладения знаниями умениями навыками корректируется нагрузка для каждого обучающегося. Подбирается индивидуальный комплекс упражнений для дальнейшего совершенствования техники.

2.4 Оценочные материалы

Для определения достижений учащимися планируемых результатов применяются следующие методы диагностики:

- опрос;
- тематические беседы;
- наблюдение;
- диагностические исследования;
- участие в конкурсах различного уровня;
- проектная деятельность;
- итоговое занятие.

2.5 Методическое обеспечение программы

- 3 Алямовская В. Г. Физкультура в детском саду: теория и методика организации физкультурных мероприятий. – М.: Чистые пруды, 2006.–30 с.
- 4 Артемьев В.П. Теория и методика физического воспитания. Двигательные качества. – Могилев: МГУ им. А.А. Кулешова, 2007.– 284с.
- 5 Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – М.: Академия, 2013. – 368 с.

2.6 Список литературы

1. Вареник Е.Н. Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет; планирование и конспекты. – М.: Сфера, 2008. – 203 с.

2. Дик Н.Ф. Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 251 с.
 3. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ. – М.: АРКТИ, 2010. – 35 с.
 4. Мониторинг достижения ребенком планируемых результатов освоения программы / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: Мозаика-Синтез, 2011. – 540 с.
 5. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Детство-Пресс, 2013. – 143 с.
 6. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: метод. пособие. – М.: Мозаика-Синтез, 2004. – 225 с.
 7. Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом. Для детей 4-7 лет. – М.: Детство-Пресс, 2012. – 48 с.
 8. Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. – М.: Мозаика-Синтез, 2011. – 120 с.
 9. Фандикова Л.А. Режимы двигательной активности дошкольников. – М.: Прогресс, 2008. – 193 с.
 10. Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание. – К.: Наукова думка, 2009. – 228 с.
 11. Шарманова С. Б. Физическое воспитание детей дошкольного возраста: Состояние, проблемы, технологические решения. – Челябинск: УралГУФК, 2009. – 69 с.
- Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие детей 3-7 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений. / в 3-х ч. – М.: Физкультура и спорт, 2004. – Ч. 1