

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад №32»**

ПРИНЯТА

на педагогическом совете
Протокол № 1 от «30» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНА

с Советом родителей
Протокол № 1 от «02» сентября 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА

заведующим МАДОУ «Центр развития
ребенка – детский сад № 32»
О.В.Захаровой
Приказ № 43 от «02» сентября 2024 г.

**Дополнительная
общеразвивающая программа
по физическому развитию
«Движение: день за днем»
Возраст 5-6 лет
Срок обучения – 1 год**

Разработала:
руководитель
физического воспитания
Харькова Ольга Юрьевна

Щекино, 2024 год

Содержание

Целевой раздел Программы	3
1. Пояснительная записка	3
1.1 Цели и задачи реализации Программы	4
1.2 Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.3 Значимые для разработки и реализации Программы характеристики	5
2. Планируемые результаты реализации Программы	6
3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	6
Содержательный раздел Программы	8
1. Содержание образовательной деятельности в группе детей 5-6 лет	8
2. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся	15
Организационный раздел Программы	16
1. Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	16
2. Кадровые условия реализации Программы	16

Целевой раздел Программы

1. Пояснительная записка

Сегодня нет более важной задачи, чем укрепление здоровья ребенка. Здоровый ребенок – это счастье в семье, гордость и богатство общества, где он растет. Решение этой задачи регламентируется Законом «Об образовании в РФ» от 27 декабря 2012 г. №273-ФЗ, а также указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ» и другими нормативными документами. В этом плане на образование, как целостную государственную структуру, обеспечивающую социальное развитие личности, ложится, помимо прочих, задача сохранения психического, физического и нравственного здоровья детей.

Значение двигательных действий в общем развитии ребенка очень велико. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребёнка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Ребенок в целом, как личность, находит впервые в движениях, в действиях путь к самоутверждению, к признанию себя и своих сил.

Дополнительная общеразвивающая программа «Движение: день за днем» (далее – Программа) разработана с учетом образовательной программы дошкольного образования МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №32», в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и отражает особенности содержания и организации образовательного процесса по программе Л.Н. Волошиной, Т.В. Куриловой «Играйте на здоровье!».

Основанием к разработке данной Программы явились следующие документы:

- Федеральный закон №273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Направленность программы – физическое развитие дошкольников.

Актуальность: Исследования доктора педагогических наук Ю.К. Чернышенко доказывают, что более 40% детей дошкольного возраста имеют уровень физической подготовленности ниже среднего.

Проблема низкого уровня физической подготовленности зависит от ряда причин, основной из которых является малая двигательная активность детей, которая и ведет к ухудшению их здоровья.

Ведущее место в удовлетворении биологических потребностей ребенка дошкольника в движении занимают подвижные игры. Игры с элементами спорта являются высшей формой подвижных игр и требуют от детей большой самостоятельности, быстроты, ловкости движений, ориентировки в пространстве. Для игр с элементами спорта характерна определенная специфика и точность двигательных действий, определенный состав участников, распределение функций, четкая организация игровых условий.

Форма обучения – очная.

Нормативный срок реализации Программы – 1 год (дети 5-6 лет). Формируются группы из воспитанников старших групп.

Для каждой группы организуется одно занятие в неделю продолжительностью до 25 минут. Общее число занятий в год – 36.

Воспитательно-образовательный процесс по Программе ведется на русском языке.

1.1 Цели и задачи реализации Программы

Цель Программы: совершенствование содержания двигательной деятельности старших дошкольников на основе использования элементов спортивных и подвижных игр.

Задачи Программы:

✓ *образовательные:*

- сформировать начальные представления о некоторых видах спорта, знать подвижные игры с правилами;

- создавать предпосылки для физического совершенствования, личностного развития ребенка;

- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни, укреплять здоровье воспитанников;

- обогащать разностороннюю двигательную активность детей на основе индивидуального опыта и интереса через использование игр с элементами спорта;

- удовлетворять индивидуальные потребности на занятиях физической культурой и спортом;

✓ *развивающие:*

- выявлять, развивать и поддерживать детей, проявивших способности в спорте;

- развивать основные двигательные качества: быстроту, выносливость, гибкость, силу, координацию;

✓ *воспитательные:*

- воспитывать устойчивый интерес воспитанников к играм с элементами спорта;

- воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, чувство товарищества, толерантность и т.д.).

Отличительной особенностью Программы является углубленное знакомство со спортивными играми. Структура кружка соответствует структуре физкультурного занятия и состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной.

Возраст детей, участвующих в реализации дополнительной общеразвивающей программы спортивной направленности «Движение день за днем!» - 5-6 лет (дети старших групп).

1.2 Принципы и подходы к формированию Программы

Основные принципы и подходы к реализации Программы:

- систематичность тренировочных занятий;
- доступность;
- активность, самостоятельность, творчество;
- последовательность;
- эмоциональное благополучие каждого ребенка;
- научность;
- оздоровительная направленность;
- принцип индивидуально-дифференцированного подхода;
- постоянный контроль состояния здоровья, физической подготовленности;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых;
- признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.

Программа рассчитана на 1 год обучения; занятия организованы в кружке «Поиграй-ка» один раз в неделю во второй половине дня.

Методы и приемы реализации Программы используются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и

интересов: наглядные, словесные, практические, игровые, проблемно-поисковые, упражнения, метод самостоятельной тренировки. Формированию у старших дошкольников осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании способствуют следующие методы: рассматривание физкультурных пособий, беседы, рассматривание фотографий, иллюстраций, просмотр видеofilмов, компьютерных презентаций о различных физических упражнениях, видах спорта, спортсменах разного возраста, изобразительная деятельность, позволяющая детям в рисунке отразить свое отношение к физической культуре, свои интересы.

1.3 Значимые для разработки и реализации Программы характеристики

1.3.1 Информация о ДОО. Детский сад находится в типовом здании по адресу: 301246, Тульская область, г. Щекино, ул. Мира, д. 6-а. Здание детского сада двухэтажное, построенное из железобетонных блоков, в 1976 г. Общая площадь территории детского сада – 10765 кв.м., площадь здания – 1981,4 кв.м. Все помещения детского сада отвечают санитарно-гигиеническим требованиям, правилам противопожарной и антитеррористической безопасности. Детский сад рассчитан на 226 мест с основным режимом работы полного дня (12 часов) при пятидневной рабочей неделе. Для полноценного развития детей в детском саду имеется достаточный набор помещений, позволяющих развиваться познавательно, эстетически, нравственно и физически.

Цели деятельности детского сада – оказание муниципальных услуг в целях обеспечения реализации предусмотренных законодательством Российской Федерации полномочий органов местного самоуправления Щёкинского района в сфере предоставления общедоступного и бесплатного дошкольного образования по основным общеобразовательным программам. Детский сад обеспечивает воспитание, обучение и развитие, а также присмотр и уход за детьми. Воспитательно-образовательный процесс ведется в очной форме на русском языке. Нормативные сроки освоения образовательной программы – 5 лет.

Детский сад самостоятельно выбирает формы, средства и методы организации образовательной деятельности и воспитания детей в пределах, определенных Законом Российской Федерации №273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации». Воспитательно-образовательный процесс в детском саду осуществляют: заведующий, заместитель заведующего по воспитательно-методической работе, методист, воспитатели, руководитель физического воспитания, педагоги дополнительного образования, музыкальные руководители, педагог-психолог, учитель-логопед.

1.3.2 Специфика условий осуществления образовательного процесса:

а) климатические особенности региона:

- при проектировании содержания Программы учитываются специфические климатические особенности Тульской области (средняя полоса России): время начала и окончания тех или иных сезонных явлений и интенсивность их протекания; длительность светового дня; погодные условия и т.д.;

- в процессе воспитательно-образовательной деятельности дети знакомятся с подвижными и спортивными играми, учитывая территориальное расположение города (средняя полоса России, Тульская область);

б) национально-культурный состав воспитанников детского сада: при организации воспитательно-образовательного процесса учитываются реальные потребности детей различной этнической принадлежности, которые воспитываются в семьях с разными национальными и культурными традициями (изучаются подвижные игры народов мира).

1.3.3 Особенности физического развития детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет – старшая группа детского сада). Возраст 5-го года жизни является критическим для многих параметров физического здоровья ребенка. Подобно тому, как это происходит в подростковом возрасте, у детей 4 – 6 лет резко изменяется ритм физического развития. В этот период отмечается ослабление некоторых звеньев мышечной системы и суставных связей. Следствием этого могут быть нарушения осанки, плоскостопие, искривление нижних конечностей и позвоночного столба. Эти же причины приводят к тому, что грудная клетка становится плоской, а нередко даже впалой, ослабленные мышцы живота делают его заметно выступающим вперед. Все эти факторы весьма неблагоприятны для организма ребенка, так как ослабевшие мышцы груди и диафрагмы приводят к

затрудненному дыханию и плохому обеспечению организма ребенка кислородом. Детям шестого года жизни доступно овладение сложными видами движений, способами их выполнения, а также некоторыми элементами техники. Во время ходьбы у большинства детей наблюдаются согласованные движения рук и ног, уверенный широкий шаг и хорошая ориентировка в пространстве. На шестом году жизни у детей значительно улучшаются показатели ловкости. Они овладевают более сложными координационными движениями, быстро приспосабливаются к изменяющимся ситуациям, сохраняют устойчивое положение тела в различных вариантах игр и упражнений. К шести годам дети владеют всеми способами. Катания, бросания и ловли, метания в цель и вдаль, совершенствуется техника выполнения ползания и лазания, бега, различных видов прыжков

2. Планируемые результаты реализации Программы

Планируемые результаты

- у детей сформирован устойчивый интерес к подвижным играм и к играм с элементами спорта;
- дети имеют представления о спортивных играх: баскетбол, футбол, бадминтон;
- сформированы элементарные технико-тактические действия с атрибутами данных игр;
- развита и обогащена двигательная активность детей;
- дети становятся инициаторами в организации подвижных игр во дворе, охотно предлагают свой опыт малышам, включают в игры взрослых;
- сформированы самостоятельность и самоконтроль;
- развиты положительные морально – волевые качества;
- сформированы навыки и стереотипы здорового образа жизни.

В результате освоения спортивных игр дети знают спортивные игры футбол, волейбол, баскетбол и настольный теннис, знают подготовительные упражнения к играм, и умеют играть по упрощенным правилам.

3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Обследование детей проводится как в помещении (физкультурный, музыкальный залы), так и на физкультурной площадке (мини-стадион «Крепыш»). Обследование необходимо проводить в течение нескольких дней, весной и осенью, в теплое время года. Одежда должна быть удобной, легкой и чистой (не из синтетики). На открытом воздухе заниматься детям лучше в костюме, обувь должна быть на резиновой подошве, в помещении форма иная - спортивные шорты, майка, спортивная обувь. Измерение физической подготовленности проводится воспитателем вместе с инструктором по физическому воспитанию. Все данные обследования заносятся в диагностическую карту по каждой возрастной группе отдельно.

Система педагогической диагностики имеет четко заданный единый набор тестовых упражнений и форм отчетной документации, что позволяет проводить массовое обследование дошкольников в определенные сроки. Необходимые условия при выборе тестов для проведения диагностики:

- доступность двигательных заданий;
- соответствие тестов возрастным особенностям уровня физического развития детей;
- использование тех движений, которые не требуют предварительного обучения и которыми дети свободно владеют;
- возможность использования приемов, позволяющих стимулировать проявление положительных эмоций;
- использование тестовых упражнений в игровой форме, чтобы процедура диагностики была для детей интересной и увлекательной.

К педагогической диагностике допускаются дети, посещающие спортивный кружок, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний к выполнению диагностических тестов. Элементарные тесты для оценки результатов по каждой спортивной игре представлены в методическом пособии: Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет: программа,

конспекты занятия, материалы для бесед, методика обучения в разновозрастных группах/ Л.Н. Волошиной, Т.В. Куриловой.-М. Вентана-Граф, 2015.

Содержательный раздел программы

1. Содержание образовательной деятельности в группе детей 5-6 лет

Не просто организовать обучение играм с элементами спорта. Но немного фантазии и достаточно сложная для детей деятельность превращается в увлекательное занятие. Игра является и формой организации и методом проведения физкультурного занятия во всех возрастных группах. Такая форма проведения создает благоприятные условия для овладения элементарными умениями игры в футбол, хоккей, городки и др. Мотивы игры придают смысл двигательной деятельности, они близки и доступны ребенку, захватывают его, связаны с конкретностью формы, в какой происходит овладение движением. Игровая форма физкультурных занятий помогает ребенку установить связь между мотивом и задачей, развивает инициативу и самостоятельность, создает условия для неоднократного выполнения движений. Культура движений ребенка начинается с обогащения его двигательного опыта, поэтому образовательная деятельность строится на разнообразных играх. Чем больше видов и способов действий с мячом, ракеткой, битой, обручем и их сочетаний в арсенале малыша, тем осознаннее и быстрее его деятельность, тем активнее его взаимодействие со сверстниками, успешнее ориентировка в окружающей обстановке.

Значительное место в предлагаемых занятиях занимают игры с элементами спорта, доступные и полезные дошкольникам. При этом в каждом занятии детально отрабатываются игровые упражнения, которые обеспечивают формирование элементарных приемов игры в футбол, настольный теннис, баскетбол, хоккей, действий на лыжах, санках. Каждое разучиваемое в игровой форме движение базируется на предыдущем двигательном опыте ребенка. Создавая условия для самостоятельного приобретения детьми двигательного опыта, озадачивая дошкольников необходимостью познания, новизной действий и предметно-развивающей среды в занятиях включены специальные игры на развитие двигательного творчества и психических процессов. Очень полезны детям игры: «Какого мяча нет?», «Нарисуем пальчиком, какие бывают мячи», «Выложим из городков солнышко с добрыми глазами», «У кого городок?», «Чего не стало, что изменилось?» и многие, многие другие.

Схема построения занятия традиционна. Оно состоит из 3 частей: вводной, основной и заключительной. При этом все образовательные задачи решаются путем соответствующего им подбора игр и игровых упражнений, рационального распределения и чередования объема физических нагрузок. Обязательное условие - их постепенное увеличение в начале занятия, чередование - в середине, снижение - в конце занятия.

Во вводной части занятия используются специальные приемы создания игровой мотивации: детям надо городки поселить в свой домик, клюшке найти ее подружку – шайбу, с ракетками – зонтиками надо выручить из беды солнечные лучики, мячам помочь размяться, так как бока у них залежались в коробке. Могут быть другие варианты: «Путешествие в город мячей»; «Юные футболисты»; «В городки играть, горя не знать»; «Мой веселый звонкий мяч». Создание игровой мотивации способствует увлеченному выполнению детьми физических упражнений. Интерес детей вызывает воображаемая ситуация, представленная в образной, яркой форме, связанная с необычными условиями. Так теннисная ракетка превращается в руль, и начинается удивительное путешествие в город мячей. Здесь живут самые разные мячи: большие, маленькие, волейбольные, футбольные, баскетбольные, теннисные. Дети по-новому воспринимают инвентарь для игр с элементами спорта, овладевают возможными вариантами действий с ним, пытаются воспроизвести наблюдаемый ими способ. Игры первой части занятия обеспечивают активизацию внимания, памяти, мышления, разминку мышц, повышают функциональные возможности организма.

Основная часть занятий по программе вариативна. Есть занятия, где планируются общеразвивающие упражнения с использованием инвентаря (ракеток, клюшек, бит, городков). Есть занятия, где комплекс общеразвивающих упражнений проводится в игровой или в имитационной форме, по карточкам-заданиям. На карточках в схемах последовательно представлены двигательные действия, которые должны выполнить дети или же эти упражнения выполняются вместе с «веселыми человечками» из мультимедийной презентации. Основная часть занятия включает также серию игр, направленных на овладение основными движениями и простейшими элементами техники спортивных игр, развитие двигательных способностей.

В заключительной части планируются психокоррекционные игры, обсуждаются итоги, даётся оценка игре детей. Таким образом, в занятиях по физической культуре решается доминирующая задача – воспитание интереса к играм с элементами спорта.

Отбор игр с элементами спорта для занятий в старших группах строится с учетом особенностей внимания, восприятия, памяти, мышления дошкольников. Широкое использование предметных опор и зрительных ориентиров исключает выполнение детьми однообразных движений, обеспечивает частую смену работы и отдыха. Информатизация физкультурного образования дошкольников (использование презентаций, интерактивной доски, мультимедиа) открывает новые возможности в реализации игровых программ, помогает найти новые ресурсы для достижения качественного результата в реализации образовательных и развивающих задач и позитивной самореализации ребенка. Посредством изменения условий игры, предложения более сложных двигательных заданий, увеличения дозировки выполнения упражнений в процессе игры дифференцируется мера участия и активности ребенка. В программу физкультурных занятий включены игры с элементами соревнования. В старшей группе используются игры-эстафеты. При их организации применяется фронтальный или поточный способ организации. Дети выполняют задание либо все вместе (подпрыгивание, ползание, бег), либо друг за другом (бег между клюшками, удары мяча по воротам). Обучение детей двигательным действиям и их применению должны проходить в разных условиях, поэтому игровые занятия проводятся как в спортивном зале, так и на открытых площадках. Это дает простор для мобилизации и развития двигательных способностей, интеллектуальных качеств ребенка.

Планирование образовательной деятельности

Игры	Количество занятий
Настольный теннис	4
Городки	4
Баскетбол	9
Бадминтон	4
Волейбол	3
Футбол	4
Хоккей	4
Закрепление материала	4
Итого:	36

Программа базируется на использовании игр с элементами спорта, направлена на развитие двигательных способностей и личности ребенка. Игры, игровые упражнения, включающие самые разнообразные двигательные действия, создают целостную систему обучения.

Структура занятий кружка

	Содержание	Дозировка
Вводная часть	Игра-разминка	3 мин.
Основная часть	Общеразвивающие упражнения (комплекс, игры)	5 мин.
	Спортивные игры и упражнения	15 мин.
Заключительная часть	Ходьба	1 мин.
Итого:		25 мин.

Тематическое планирование

Месяц	Задачи	Программное содержание
Сентябрь Баскетбол	1. Познакомить с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; учить простейшим видам парного взаимодействия.	1. «Найди свой цвет» (вариант игры «Чье звено соберется быстрее?») — бег под музыку, во время остановки выполнить построение. 2. «Вышло солнце из-за речки» (бег враспынную, быстро построиться возле своего обруча в круг). 3. «Задний ход» (бег «змейкой» втроем, взявшись под руки, спиной вперед).
	2. Разучить элементы техники игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении; бросок, ловля мяча; добиваться точности и качества в их выполнении.	1. «По кочкам» (прыжки). 2. «Туннель с мячом» (прокатывание мяча между ног). 3. «Перекати быстрее» (проползание между ног с катанием обруча, переносом мяча).
	3. Способствовать развитию координации движений, глазомера, быстроты, ловкости.	1. «Туннель» (прокатывание мяча в туннель, упор в положениях «лежа» или «сидя»). 2. «Найди свой цвет» (вариант игры «Чье звено соберется быстрее?») — бег под музыку, во время остановки выполнить построение. 3. «Три мяча» (поочередно переносить мячи из обруча в обруч — по три мяча). Чье звено быстрее перенесет мяч в последний обруч.
	4. Способствовать развитию координации движений, глазомера, быстроты, ловкости.	1. «Туннель» (прокатывание мяча в туннель, упор в положениях «лежа» или «сидя»). 2. «Найди свой цвет» (вариант игры «Чье звено соберется быстрее?») — бег под музыку, во время остановки выполнить построение. 3. «Три мяча» (поочередно переносить мячи из обруча в обруч — по три мяча).
Октябрь Баскетбол	5. Продолжить знакомство с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; закрепить навык ведения мяча в движении, передачи и ловли мяча; добиваться точности, качества в их выполнении; учить простейшим парным взаимодействиям; способствовать развитию координации, быстроты, глазомера.	1. «Задний ход» (бег втроем, взявшись под руки, вполоборота; расстояние — 5 м). 2. «По кочкам» (прыжки на двух ногах в обручи, обручи разложены в шахматном порядке). 3. «Туннель с мячом» (прокатывание мяча между ног). 4. «Передал — садись» (передача и ловля мяча).
	6. Продолжать знакомить детей с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; учить технике ведения мяча, бросков в корзину, передачи и ловли мяча; развивать быстроту, ловкость, внимание.	1. «Найди свой цвет» (игра с бегом по принципу «Чье звено быстрее соберется»). 2. «Перекати быстрее» (ползание между стоящих ног с катанием обруча, переносом мяча). 3. «Лови, бросай, падать не давай!» (перебрасывание мяча друг другу разными способами, в темпе, из разных и.п.). 4. «Кто скорее?» (ведение мяча вокруг себя правой и левой рукой с поворотами).
	7. Продолжить знакомство с игрой	1. «Вместо скакалки» (прыжки с обручем).

	<p>в баскетбол, историей ее возникновения; закрепить навык ведения мяча в движении, передачи и ловли мяча; добиваться точности, качества в их выполнении; учить простейшим парным взаимодействиям; способствовать развитию координации, быстроты, глазомера.</p>	<p>«Попади в корзину» (бросок мяча в корзину разными способами, с разных точек). 2. «Найди свой цвет» (игра с бегом по принципу «Чье звено быстрее соберется») 3. «Перекажи быстрее» (ползание между стоящих ног с катанием обруча, переносом мяча). 4. «Лови, бросай, падать не давай!» (перебрасывание мяча друг другу разными способами, в темпе, из разных и.п.). 5. «Кто скорее?» (ведение мяча вокруг себя правой и левой рукой с поворотами).</p>
	<p>8-9. Закреплять полученные навыки и умения техники ведения мяча, бросков в корзину, передачи и ловли мяча; развивать быстроту, ловкость, воспитывать внимание.</p>	<p>1. «Задний ход» (бег втроем, взявшись под руки, вполоборота; расстояние — 5 м). 2. «По кочкам» (прыжки на двух ногах в обручи, обручи разложены в шахматном порядке). 3. «Туннель с мячом» (прокатывание мяча между ног). 4. «Передал — садись» (передача и ловля мяча). Игры с ловлей, передачей и ведением мяча.</p>
<p>Ноябрь Теннис</p>	<p>10-11. Учить элементарным действиям с мячом и ракеткой (элементы настольного тенниса); закрепить действия с мячом и ракеткой у детей старшего дошкольного возраста; воспитывать интерес к двигательной деятельности.</p>	<p>1. Катание гимнастических мячей в рассыпную, по сигналу поднять мяч вверх. 2. Отбивание теннисного мяча об пол одной рукой, ловля двумя. 3. Катание теннисных шариков в парах, сидя на полу. 4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь к баскетбольному мячу.</p> <p>1. Катание теннисных мячей одной рукой в рассыпную. 2. Кружение с закрытыми глазами, стоя на одном месте в одну сторону, затем в другую. 3. Поднять руку с теннисным мячом высоко вверх и бросить 6 раз ст.– 20 р. 1,5 мин. 2 раза двумя руками. 4. Ходьба по узенькой дорожке, теннисный мячик держать двумя руками перед грудью.</p>
	<p>12-13. Формировать навык действий с мячом и ракеткой (бросать мяч на ракетку, прокатывать мяч по полу ракеткой); закрепить технику ходьбы, бега змейкой; упражнять в прыжках на двух ногах через ракетку, ползании на четвереньках змейкой; развивать координационные способности, мелкую моторику рук, глазомер; формировать бережное отношение к теннисному мячу и ракетке; создавать условия для проявления положительных эмоций при проведении игр и эстафет.</p>	<p>1. «Попрыгаем» . 2. « На зонтик». Стараться ноги не опускать на пол. На «зонтики» - ракетки не наступать. 3. «Не потеряй». 4. «Вокруг света».</p> <p>ЭСТАФЕТЫ Упражнение выполняется поточно. 1) Пронести мяч на ракетке, почеканить мяч. 2) Ударить по мячу ракеткой в воротики, затем пролезть в них. 3) Провести мяч ракеткой «змейкой». 4) Ударить по мячу ракеткой в воротики, затем пролезть в них. 5) Две команды «змейкой» идут на четвереньках вокруг «зонтиков» - ракеток. Рядом с последней встают, хлопают в ладоши над головой и бегут</p>

		<p>обратно. Двумя командами в упоре сидя сзади «едут» до лужицы, обратно бегом. «Улыбнись», «Машинки».</p> <p>Подвижная игра «Тучки по небу ходили».</p>
Декабрь Хоккей	<p>14. Продолжать знакомить детей с увлекательной игрой хоккей; вызвать интерес и желание научиться этой игре; учить подбирать клюшку, держать её правильно, вести шайбу, бросать шайбу в цель с расстояния 2 -3 метра; развивать точность, глазомер, координационные способности; воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.</p>	<p>1. Имитация ведения шайбы, стоя на месте. «Ведение» шайбы широким движением.</p> <p>2. «Передай шайбу» (расстояние 3 м).</p> <p>3. «Берег – море».</p> <p>4. «Догони пару».</p>
	<p>15. Совершенствовать навык удара шайбы с места; развивать точность, глазомер, координационные способности; воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.</p>	<p>1. «Передай шайбу друг другу». Поделить на пары. Вначале стоя на месте выполнять точную передачу шайбы друг другу, а затем во время движения.</p> <p>2. «Гонки с шайбой» По свистку, стоя в шеренге вести шайбу клюшкой, не отрывая (расстояние 5 м).</p> <p>3. «Попади». Бросок шайбы в ворота с места (расстояние 3 м).</p>
	<p>16. Совершенствовать навык удара шайбы с места; развивать точность, глазомер, координационные способности; воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.</p>	<p>1. «Передай шайбу друг другу». Поделить на пары. Вначале стоя на месте выполнять точную передачу шайбы друг другу, а затем во время движения.</p> <p>2. «Гонки с шайбой». По свистку, стоя в шеренге вести шайбу клюшкой, не отрывая, обводя предметы (расстояние 5 м).</p> <p>3. «Попади». Бросок шайбы в ворота с места (расстояние 3 м).</p> <p>4. «Сбей кеглю». Броски шайбы слева и справа в цель.</p>
	<p>17. Продолжать учить действиям с клюшкой и шайбой; обучать правилам безопасной игры; закрепить умение вести шайбу, без отрыва от клюшки, обводя предметы; совершенствовать навык броска шайбы слева и справа; развивать глазомер, быстроту, выносливость; воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.</p>	<p>1. «Квадрат» Ведение шайбы клюшкой в колонне по квадрату.</p> <p>2. «Гонки с шайбой». По свистку, стоя в шеренге, вести шайбу клюшкой, не отрывая, обводя предметы (расстояние 5 м).</p> <p>3. «Попади». Ведение шайбы толчками, бросок в ворота с удобного положения (расстояние 3 м), (с усложнением).</p> <p>4. «Сбей кеглю». Броски шайбы слева и справа в цель после ведения.</p>
Январь Волейбол	<p>18. Познакомить детей с историей возникновения игры в волейбол; знакомить детей с достижениями тульских и российских сборных команд по волейболу; учить метать мяч в даль через сетку, развивая глазомер; упражнять в</p>	<p>1. Обучение среднего, высокого, низкого положения стойки: - из среднего положения перейти в высокое, затем в низкое.</p> <p>2. Обучение перемещению игроков по площадке: - в среднем положении стойки готовности</p>

	прокатывании набивного мяча по прямой, между предметами.	шагом переместиться вперед, назад, в стороны (приставным шагом); - то же перемещение бегом; - то же скачком. 3. Игра в «Пятнашки» (в средней стойке в пределах волейбольной площадки). 4. Игры «Мельница», «Удочка», «Чехарда».
	19. Продолжать учить метать мяч в даль через сетку, развивая глазомер; упражнять в прокатывании набивного мяча по прямой, между предметами.	«Наши помощники – игры, упражнения»: 1. Передай не роняй. 2. Чей мяч улетит дальше. 3. Поймай мяч, переправь через сетку. 4. Попади мячом в обруч.
	20. Продолжать отрабатывать технику подачи мяча через сетку; развивать умение отбивать мяч кистями рук через сетку; совершенствовать метание мяча.	«Мяч через сетку»: 1. Перебрось мяч через сетку из-за головы. 2. Мяч через сетку от груди. 3. Делай три шага. 4. У кого меньше мячей.
Февраль Футбол	21. Познакомить детей с игрой в футбол, историей ее возникновения; вызвать интерес к этой занимательной игре; учить простейшим техническим действиям с мячом: удару, передаче, ведению мяча; способствовать развитию ловкости, быстроты, координации, выносливости.	1.«Мы – веселые ребята». 2. «Зайцы в огороде». 3. «Точный удар». 4. «Чей мяч дальше». 5. «Меткий футболист».
	22. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: ведение, удар, обводка; разучить индивидуальную тактику действий, развивать быстроту, ловкость, выносливость; воспитывать товарищество, взаимовыручку и взаимоуважение в командной игре.	1. Дыхательная гимнастика. 2. Забрасывание футбольного мяча в «ворота» ногой. 3. Эстафета «Передай мяч» (над головой). 4. Подвижная игра «Попади в обруч». 5. «Меткий футболист».
	23-24. Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в равновесии и прыжках; упражнять в забрасывании футбольного мяча в ворота; воспитывать умение действовать одной командой в эстафетах.	1. Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с выполнением заданий. 2. «Пустое место». 3. «Ловкие ребята». 4. «Не выпусти мяч из круга».
		1. Ведение мяча парами. Повторение ведения мяча правой, левой ногой. 2. «Поймай». 3. «Футболист». 4. Учебная игра
Март Бадминтон	25. Познакомить детей со свойствами волана, историей возникновения игры в бадминтон; дать возможность осознать физические качества волана: вес, объем, быстроту полета; разучить игры с воланом; учить отражать	1. Выполнить стойку бадминтониста – ракетка открытой стороной и закрытой стороной. 2. Стойка бадминтониста в движении вправо, влево, вперед, назад. 3. Жонглирование воланом открытой и закрытой стороной ракетки. 4. Подвижная игра «Собери воланы».

	волан, брошенный воспитателем; способствовать развитию глазомера, координации движений, ловкости; воспитывать уверенность в своих силах.	5. Подвижная игра «Кто дольше продержит шарик».
	26. Продолжать разучивать игры с воланом; учить отражать волан, брошенный воспитателем; способствовать развитию глазомера, координации движений, ловкости; воспитывать уверенность в своих силах.	1. «Удочка». 2. «Загони волан в обруч». 3. «Подбей волан». 4. «Ровным кругом с ракеткой».
	27. Продолжать развивать умения играть в бадминтон (открытая и закрытая сторона ракетки); формировать умение владеть воланом (чувство волана); отрабатывать стойку бадминтониста; развивать быстроту реакции, ловкость, координацию и чувство дружбы в коллективе.	1. ОРУ с воланами. 2. «Подбрось, поймай, падать не давай!» 3. «Передвинь флажок». 4. «Чья команда меткая?»
	28. Познакомить с ракеткой, научить правильно ее держать; разучить игры и способы действия с ракеткой; продолжать учить отражать волан ракеткой (по одному и в парах); развивать силу удара, точность приема и подачи волана, координационные способности, сообразительность.	1. ОРУ с воланом. 2. «Чье звено быстрее выложит фигуру из воланов». 3. «Подбрось, поймай, падать не давай!» 4. «Выбивной».
Апрель Городки	29. Познакомить детей с историей возникновения игры «Городки», с инвентарем для игры (биты, городки), с правилами безопасной игры; учить правильной стойке городошника, действиям с битой, способам броска на дальность, в цель, умению строить городошные фигуры; развивать силу, координацию движений, глазомер.	1. Путешествие в «Городок». 2. «Карусель» (вправо-влево). 3. «Передай биты». 4. Игра в городки (выбивание одного городка). 5. Малоподвижная игра «У кого городок?»
	30. Продолжать знакомить детей с игрой «Городки», с правилами безопасной игры; научить действиям с битой (прицел, замах, бросок), отрабатывать навык броска биты в цель, на дальность; закреплять умение строить городошные фигуры; развивать силу, выносливость, координацию движений, глазомер.	1. «Карусель» - дети ходят и бегают по кругу, взявшись за руки. На слова: «Мы не сели в карусели, а попрыгать захотели!» - прыгают по кругу друг за другом на двух ногах. 2. «Возьми городок». Игроки стоят по кругу, внутри расставлены городки. Игровое задание: бежать по кругу; по сигналу остановиться и взять городки. 3. «Пролезь в обруч» - дети делятся на 2 команды и выстраиваются в колонны. По сигналу игроки друг за другом бегут и пролезают в обручи, оббегают флажок и бегом

		возвращаются обратно.
	31. Продолжать учить правильной стойке городошника, действиям с битой, способам броска на дальность, в цель, умению строить городошные фигуры; развивать силу, координацию движений, глазомер.	1. «Путешествие в «Городок» (краткая беседа). 2. «Карусель» (вправо-влево). 3. «Передай биты». 4. «Подбрось — поймай». 5. «Силачи» — и.п.: ноги на ширине плеч, бита опущена; хват 2 руками сверху.
	32. Закрепить технику выполнения бега «змейкой», прыжков, ходьбы на четвереньках; развивать координацию движений, воображение.	1.«Кто дальше и быстрее?» 3-4 раза. 2.«Попади в круг» 3-4 раза. 3.«Составь фигуру».
Май	33-35. Закрепление ранее изученных спортивных игр, подготовка к фестивалю спортивных игр.	
	36. ФЕСТИВАЛЬ СПОРТИВНЫХ ИГР	

2. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся

В педагогическом взаимодействии с родителями используются разнообразные формы работы по укреплению и сохранению здоровья детей и повышению их физических качеств:

- информирование родителей на стендах, папках-передвижках, консультациях;
- инструктивно-методические занятия по профилактике деформации стопы;
- семинары-практикумы;
- «открытые дни» для родителей с просмотром разнообразных занятий в зале и на свежем воздухе;
- физкультурные досуги и праздники с участием родителей.

Организационный раздел Программы

1. Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Для успешной реализации программы детский сад полностью обеспечен необходимыми методическими материалами и средствами обучения и воспитания. В ДОО имеются:

- физкультурный зал, мини-стадион «Крепыш»;
- спортивное оборудование и инвентарь (секундомер, рулетка, флажки, конусы, ракетки теннисные, баскетбольные кольца, мячи для футбола, баскетбола, клюшки, шайбы, два стола для тенниса на улице, ворота футбольные, сетка волейбольная, ракетки для бадминтона).

Учебно-методическая литература, используемая при реализации программы:

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду». М: Просвещение, 1992г.
2. Адашкявичене Э.П. Баскетбол для дошкольников: Из опыта работы. – М.: Просвещение, 1983.-79 с.
3. Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г., Сергиенко Н.Н. «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет» Москва 2007.
4. Волошина Л., Лунина Т., Новичкова Л. Играем в хоккей // Дошкольное воспитание, 2003. № 1. С.34-39.
5. Волошина Л., Новичкова Л. Играем в баскетбол // Ребенок в детском саду, 2001. № 3.
6. Волошина Л.И., Т.И. Курилова «Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет: программа, конспекты, материалы для бесед, методика обучения в разновозрастных группах. М.: Вентана-Граф, 2015.- 224 с.
7. Волошина Л.Н. «Игровые программы и технологии воспитания детей 5-7 лет» // Физическая культура 2003г., №4.
8. Гаврилова В.В. Занимательная физкультура для детей 4-7 лет: планирование, конспекты занятий. Волгоград: Учитель, 2013.-188с.
9. Гришин В.Г., Осипов Н.Ф. «Малыши открывают спорт», М: Педагогика, 1978.
10. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. «Спортивные игры, техника, тактика обучения», М: Академия, 2001 г.
11. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры. – Волгоград: Учитель, 2007.- 238 с.
12. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» Волгоград 2007.
13. Николаева Н.И. «Школа мяча» - издательство «Детство-пресс», 2008.
14. Попов В.В. «Волейбол» - Ленинград, 1962.
15. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду» М, 2005.
16. Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: Пособие для воспитателя. – М.: Просвещение, 1986.-159 с.
17. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей старших дошкольников» - издательство «Детство-пресс», 2010.
18. Яковлева Л.В., Р.А. Юдина Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений: В 3 ч. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003.

2. Кадровые условия реализации Программы

Программу реализует штатный сотрудник ДОО – руководитель физического воспитания – Харьковская Ольга Юрьевна. Педагог имеет высшую квалификационную категорию и образование, соответствующее требованиям квалификационного справочника. Педагог владеет современными методами, техниками и методиками дошкольного образования. Является активным участником районного методического объединения по физкультурно-оздоровительному направлению «Здоровый дошкольник». Неоднократно выступала с презентацией собственного опыта работы на районных и региональных педагогических мастерских, секциях, педагогических чтениях,

конференциях. Ольга Юрьевна и ее воспитанники являются победителями и призерами муниципальных и региональных конкурсов.

