

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 71
Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
620146, Свердловская область, г. Екатеринбург, бульвар Денисова-Уральского, 10
+7(343)267-30-21, +7(343) 267-30-15
mdou71@eduekb.ru

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБДОУ - детский сад № 71
Протокол № 1 от 29.08.2023



Заведующий МБДОУ - детский сад № 71
Н.В. Разуева
Приказ № 59-од от 31.08.2023

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЗДОРОВЕЙКА»

Возраст обучающихся: 2- 3 года

Срок реализации: 2 года

Автор составитель: Федосеева Оксана
Николаевна

педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2023

Содержание

1. Перечень нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в условиях персонифицированного финансирования дополнительного образования детей Свердловской области.....	3
2. Комплекс основных характеристик.	
2.1. Пояснительная записка.....	5
2.2. Цель и задачи общеразвивающей программы.....	7
2.3. Содержание общеразвивающей программы.....	8
2.4. Планируемые результаты	19
3. Комплекс организационно-педагогических условий.	
3.1. Условия реализации программы.....	20
3.2. Формы аттестации/контроля промежуточной и итоговой аттестации	21
4. Используемая литература	23

1. Перечень нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в условиях персонифицированного финансирования дополнительного образования детей Свердловской области

Основания создания и функционирования регионального общедоступного программного навигатора.

Образовательная программа дополнительного образования детей разработана в соответствии со следующими документами:

Федеральный уровень

- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. №1726-р) (далее - Концепция развития дополнительного образования детей).
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016 г. №11) далее - Федеральный приоритетный проект).

Региональный уровень

- Постановление Правительства Свердловской области от 01.08.2019 г. №461ПП «О региональном модельном центре дополнительного образования детей Свердловской области».
- Постановление Правительства Свердловской области от 06.08.2019г. №503 ПП «О системе персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Свердловской области».
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018г. №162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035г.»
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 26.06.2019г. №70-Д «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Свердловской области».

Основания для проектирования и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018г. №196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (далее - Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам).

· Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015г., №09-3242 «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

· Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций дополнительного образования» (далее – СанПиН).

· Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2016г., №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеразвивательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

· Письмо Минобрнауки РФ от 09.01.2014 г., №2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

Согласно ФЗ №273 (статья 12 пункт 5) образовательные программы самостоятельно разрабатываются и утверждаются организацией, осуществляющей образовательную деятельность.

При разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (далее – общеразвивающие программы) организации, осуществляющие образовательную деятельность должны руководствоваться иными нормативными актами по профилю реализуемой образовательной программы, локальными актами учреждения; учитывать иные рекомендации официальных организаций по профилю реализуемой образовательной программы.

Исходя из Концепции развития дополнительного образования детей проектирования и реализация дополнительных общеобразовательных программ должны строится на следующих основаниях:

- свобода выбора образовательных программ и режимы их освоения;
- соответствие образовательных программ и форм дополнительного образования возрастным и индивидуальным особенностям детей;
- вариативность, гибкость и мобильность образовательных программ;
- разноуровневость образовательных программ;
- модульность содержания образовательных программ, возможность взаимозачета результатов;
- ориентация на метапредметные и личностные результаты образования;
- творческий и продуктивный характер образовательных программ;
- открытый и сетевой характер реализации.

2. Комплекс основных характеристик.

2.1. Пояснительная записка.

Направленность общеразвивающей программы:

физкультурно-спортивная

Актуальность общеразвивающей программы:

В первые годы жизни ребёнок познаёт мир посредством движений. Этот возрастной период один из важных периодов в развитии движений ребёнка. Овладение движениями обеспечивает малышу самостоятельность, влияет на общее развитие психики, связывает его с окружающей средой. Чем раньше начать обучение, соответствующее возможностям малыша, тем лучше разовьются и станут уверенными его движения.

Движения и связанные с ними ощущения - источник радости для малыша. В период раннего возраста для малыша важно правильно овладеть основными движениями и продолжить их совершенствование и усложнение. Освоение основных движений напрямую влияет на развитие речи малыша.

Та двигательная активность, которую ребёнок получает в течение дня, недостаточна для малыша, активно познающего окружающий мир. Поэтому посещение в детском саду дополнительных занятий физкультурно-оздоровительной направленности создадут малышу благоприятные условия для его физического развития и удовлетворения потребности в двигательной активности.

Отличительные особенности общеразвивающей программы:

Положительные эмоции, эмоциональная насыщенность занятий являются основными условиями при обучении детей движению. Содержание игр и комплексов общеразвивающих игровых упражнений направлено на увлечение и заинтересованность малыша. Заинтересованность положительно действует на двигательную активность. Повторяя движения (подражая), малыш быстрее и лучше воспринимает предлагаемую игру, упражнение или движение. Подражание рождает эмоции, которые активизируют, сосредоточивают малыша.

Эффективность обучения достигается, если побудить малыша к самостоятельному проявлению. Во время занятий с малышом проводится индивидуальное общение, оказываются помощь и поддержка, необходимые малышу, т.к. проявление внимания со стороны взрослого оказывает положительные эмоции, стимулирует позитивное отношение малыша к данному виду движения, желание его выполнять.

Новизна программы: заключается в том, что она реализуется через игровую деятельность с использованием подвижных и малоподвижных игр, игровых упражнений с предметами, различных по форме, цвету, материалу. Благодаря чему

малыш будет не только заинтересован, но и самостоятельно повторит предложенные движения. Занятия с предметами нравятся абсолютно всем детям за счёт эмоциональности и внешней привлекательности.

Также во время занятий используются здоровьесберегающие технологии, благодаря чему проводится профилактика нарушений осанки и плоскостопия, развитие функции равновесия и вестибулярного аппарата, координации движений, крупной и мелкой моторики. Приобретенный двигательный опыт и общая физическая подготовленность детей создаст необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Педагогическая целесообразность.

Данная программа педагогически целесообразна.

При ее реализации у занимающихся формируются основные движения, практические навыки здорового образа жизни, потребность в систематических двигательных занятиях, развивается осознанное отношение к своему здоровью, воспитывается умение бережно относиться к своему организму, оценивать себя и свое состояние.

Регулярно занимаясь, дети меньше болеют, у них улучшается осанка, внимание, настроение, появляется чувство радости и удовольствия. На положительном эмоциональном фоне быстрее и эффективнее проходит процесс обучения двигательным умениям и навыкам.

Адресат общеразвивающей программы:

Программа предназначена для детей 2-3 лет.

Срок реализации данной программы рассчитан на один год обучения.

Количество детей одновременно находящихся в группе не более 8 человек.

Режим занятий:

1 раз в неделю по 10-15 минут.

Объём общеразвивающей программы:

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения – 32 часов.

Продолжительность части образовательной программы года обучения по учебному плану – 38 часов.

Срок освоения общеразвивающей программы: 1 год.

Содержание общеразвивающей программы:

Содержание и материал общеразвивающей программы организован по принципу дифференциации в соответствии с уровнем сложности.

«Стартовый уровень» - использование и реализация общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальная сложность предлагаемого для освоения содержания общеразвивающей программы.

Формы обучения:

Фронтальная форма обучения.

Виды занятий:

Беседа, практическое занятие.

Формы проведения результатов:

Групповая, индивидуально-групповая.

2.2. Цель и задачи общеразвивающей программы.

Цель программы: физическое развитие и укрепление здоровья детей через использование игровой деятельности, предметов здоровьесберегающих технологий.

Задачи:

Оздоровительные:

- Формировать и закреплять навыки правильной осанки
- Гармонично развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, быстроту.
- Содействовать развитию координационных способностей, функции равновесия.
- Содействовать профилактике плоскостопия.

Образовательные:

- Освоение основ безопасности при работе на занятиях.
- Учить знаниям о влияние физических упражнений на состояния здоровья, о понятии здорового образа жизни.
 - Учить выполнять основные движения.
 - Развивать желание играть в подвижные и малоподвижные игры с простым содержанием и несложными движениями.
 - Способствовать развитию умения детей игра в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения.

Воспитательные:

- Формирование и дальнейшее развитие у детей: коммуникативных способностей.
- Воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой.
- Воспитывать умение пользоваться основными приемами самостраховки при выполнении упражнений.
-

2.3. Содержание общеразвивающей программы

Учебный план:

Название разделов, количество часов: Формы и режим занятий.

№	Тема, содержание		Продолжительность, мин.
1	Разминка	Вводная часть	2-3 мин
2	ОРУ	Основная часть	5-7 мин
3	Игровые упражнения с предметами, подвижные игры		
4	Малоподвижные игры, релаксационные упражнения	Заключительная часть	3-5 минут
5	Общая продолжительность занятия, мин.	10-15 минут	
6	Форма занятий	Фронтально - групповая, до 8 человек	
7	Продолжительность в месяцах	Сентябрь – май	
8	Количество занятий в неделю	1	
9	Количество занятий в месяц	4	
10	Количество занятий в год	36	

№	Тема				Общее количество занятий	Формы аттестации /контроля
		Теория	Практика			
1	Мониторинг (тесты)	1	1	2	Предварительная диагностика.	
2	Обучение выполнению комплекса ОРУ с использованием предметов	1	5	6	наблюдение	
3	Обучение построениям и перестроениям	1	5	6	наблюдение	
4	Обучение выполнению ходьбы и бега	1	4	5	наблюдение	
5	Обучение выполнению прыжков	1	4	5	наблюдение	
6	Обучение упражнениям в ползании и лазанье	1	5	6	наблюдение	
7	Обучение упражнениям в прокатывании, бросании, ловле	1	5	6	наблюдение	
8	Обучение упражнениям в равновесии	1	5	6	наблюдение	
9	Закрепление выполнения комплексов релаксации, дыхательной, глазной гимнастики, подвижных игр	1	5	6	наблюдение	
	Итого:	10	39	48		

Содержание учебного (тематического плана)

Задачи	Содержание занятия			Оборудование
	Ходьба, бег	Общеразвивающие упражнения Основные виды движения	Игры	
СЕНТЯБРЬ				
Занятие №1 Учить детей начинать ходьбу по сигналу, развивать равновесие – ходить по ограниченной поверхности (между двух линий)	Ходьба свободная, за воспитателем. Бег за воспитателем.	ОРУ с кубиками Ходьба по дорожке - между двумя параллельно лежащими веревками (ширина 30-35 см) к кукле.	П/и «Беги ко мне»	2 длинные верёвки, кукла, кубики
Занятие №2 Учить детей начинать ходить и бегать, меняя направление на определённый сигнал, развивать умение ползать.	Чередование ходьбы в рассыпную и бега за воспитателем.	ОРУ с погремушками Ползание на четвереньках (4-6 м) к собачке – «пойдём как собачка»	П/и «Догоните меня»	Погремушки, собачка
Занятие №3 Учить детей начинать ходить и бегать, меняя направление на определённый сигнал, развивать умение ползать	Чередование ходьбы и бега между стульями. По сигналу воспитателя малыши садятся на стулья, повернувшись к воспитателю. Воспитатель сидит на большом стуле.	ОРУ с маленькими резиновыми мячами Ходьба по доске, положенной на пол (длина 2,5-3 м, ширина 25-20 см.	П/и «В гости к кукле». По вторит 2-3 раза	Стулья по количеству детей, кукла, маленькие резиновые мячи
Занятие №4 Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать под веревку и бросать предмет в даль правой и левой рукой, развивать умение бегать в определенном направлении.	Чередование ходьбы и бега в рассыпную. Ходьба по дорожке - между двумя параллельными линиями (ширина 35-30 см).	ОРУ с ленточками 1. Ползание на четвереньках, подползти под веревку (высота 40-45 см), доползти до собачки, погладить ее и вернуться обратно. 2. Бросание мяча (шишки) в даль правой и левой рукой (по 2-3 раза, стоя за стойками натянутой веревкой).	П/и «Бегите ко мне»	2 стойки, длинная веревка, шишки (или маленькие мячи) по количеству детей, игрушка собака, ленточки.

ОКТАБРЬ

Занятие №1 Учить лазать в определенном направлении, умение реагировать на сигнал.	Чередование ходьбы и бега за воспитателем. Остановиться в разных местах комнаты, повернуться к воспитателю.	ОРУ с колечками Лазанье по гимнастической	П/и «Догонит мяч».	Гимнастическая стенка или башенка, мячи по количеству детей.
Занятие №2 Учить ходить преодолеть робость, способствовать развитию умений действовать по сигналу.	Ходьба в чередовании с бегом.	ОРУ с массажными мячиками Ходьба по доске с последующим ползанием на четвереньках по полу до определенного места. Прокатывание мяча.	П/и «Бегите комне».	Гимнастическая доска (ширина 30-25 см, длина 2,5-3 м), Массажные мячи по количеству детей, мяч средний.
Занятие №3 Ознакомить с выполнением прыжка вперед на двух ногах, бросать в горизонтальную цель, совершенствовать умение реагировать на сигнал, учить бросать предмет в определенном направлении.	Ходьба и бег за воспитателем.	ОРУ с мешочками Бросание мешочков в горизонтальную цель - ящик (или обруч) правой и левой рукой на расстоянии 80 см. Прыгать через веревку на двух ногах - «Зайка прыгает через канавку».	П/и «Догони темя».	Мешочки с песком (150 г) по количеству детей, веревка длинная (6-8 м), обруч (диаметр 1 м)
Занятие №4 Учить ходить в определенном направлении.	Ходьба и бег за воспитателем.	ОРУ с кубиками Ползание на четвереньках между линиями (ширина 40-35 см) - «Муравьи идут по дорожке». Ходьба по гимнастической скамейке - «Идем по мостику».	П/и «Догони мяч»	По 2 кубика, средние мячи (диаметр 20-25 см) гимнастическая скамейка (длина 2,5-3м) ширина 30-25 см, высота 25-30 см).

НОЯБРЬ

Занятие №1 Упражнять в прыжке в длину с места, бросать вдаль правой и левой рукой, переступать через препятствия, закреплять умение реагировать на сигнал, воспитывать	Ходьба за машиной, которую везет воспитатель. Бег и ходьба вместе с воспитателем.	ОРУ с мешочком Метание вдаль правой и левой рукой. Прыжки в длину с места на двух ногах через веревку. Перешагивание через препятствие.	П/и «Догоните меня».	Мешочки с песком, кубики (высота 10-15 см), длинная веревка, машина.
---	---	---	----------------------	--

<p>Занятие №2</p> <p>Учить детей ходить по кругу, взявшись за руки. Упражнять в ползании на четвереньках, переступать через препятствия, катать мяч, учить ходить на носочках, приучать соблюдать определенное направление.</p>	<p>Ходьба и бег за воспитателем. Остановиться, взяться за руки и сделать круг. Ходить по кругу, взявшись за руки. По предложению воспитателя дети берут мячи.</p>	<p>ОРУ со средним мячом</p> <p>Катание мячей друг другу.</p> <p>Перешагивание через препятствия (кубики).</p> <p>Ползание по дорожке (между двух длинных веревок).</p>	<p>П/и «Догоните меня», малоподвижная игра «Кто тише»</p>	<p>Мячи по количеству детей, 2 длинные веревки, кубики, игрушка медвежонок (или другая игрушка), средний мяч.</p>
<p>Занятие №3</p> <p>Ходить в разных направлениях, не наталкиваясь, упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросать мячи вдаль правой и левой рукой, воспитывать умение сдерживать себя.</p>	<p>Чередование ходьбы и бега между стульчиками. По сигналу воспитателя дети садятся на стулья.</p>	<p>ОРУ на стуле</p> <p>1. Метание шишек вдаль, правой и левой рукой.</p> <p>Повторить по 3 раза каждой рукой.</p> <p>2. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз.</p>	<p>П/и «Догоните меня», малоподвижная игра «Кто тише»</p>	<p>Стулья и шишки (или маленькие мячи) по количеству детей, наклонная доска.</p>
<p>Занятие №4</p> <p>Развивать умение организованно перемещаться в определенном направлении, учить подлезать под рейку, совершенствовать прыжок в длину с места на двух ногах, упражнять в ползании;развивать</p>	<p>Ходьба и бег за воспитателем. Взять флажки и стать врассыпную, повернувшись к воспитателю (можно в шеренгу или полукруг).</p>	<p>ОРУ с флажком</p> <p>Ползание на четвереньках до рейки, установленной на высоте 40 см.</p> <p>Подлезание под рейку (поточно, ползая, смотреть вперед, спина прямая. Подлезая, стараться не прикасаться к рейке)</p> <p>Прыжки в длину с места, через веревку (фронтально).</p> <p>Следить, чтобы малыши приземлялись легко на обе ноги.</p>	<p>П/и «Догони мяч»</p>	<p>Флажки и мячи по количеству детей, 2 стойки, длинная рейка и веревка</p>

ДЕКАБРЬ

<p>Занятие №1</p> <p>Упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, учить бросать и ловить мяч, быть внимательными, стараться выполнять упражнения, вместе с другими детьми.</p>	<p>Чередование ходьбы и бега друг за другом.</p>	<p>ОРУ с лентой</p> <p>1. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз.</p> <p>2. Бросание и ловля мяча</p>	<p>П/и «Поезд»</p>	<p>Короткие цветные ленточки по количеству детей, 1-2 наклонные доски, мяч.</p>
<p>Занятие №2</p> <p>Закреплять умение бросать вдаль, совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, упражнять в ходьбе друг за другом со сменой направления,</p>	<p>Ходьба и бег друг за другом. Ходьба между стульями за воспитателем. По сигналу воспитателя сесть на стульчик.</p>	<p>ОРУ на стульях</p> <p>1. Метание вдаль мешочков с песком (150 г)правой и левой рукой.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке. Руки в стороны.</p>	<p>П/и «Самолеты»</p>	<p>Стулья и мешочки с песком по количеству детей, 1-2 длинные гимнастические скамейки</p>

развивать чувство равновесия и ориентировку в пространстве.				
Занятие №3 Учить лазать по гимнастической стенке, закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, совершенствовать прыжок в длину с места, развивать чувство равновесия, воспитывать	Ходьба и бег между обручами, разложенными в рассыпную на полу. По сигналу воспитателя стать каждому в один из обручей.	ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки в длину с места через две параллельные веревки, положенные на расстоянии 15-20 см. Лазанье по гимнастической стенке любым способом (приставным или чередующимся шагом).	П/и «Самолеты»	Маленькие обручи, 1-2 гимнастические скамейки, 2 длинные веревки, гимнастическая стенка.
Занятие №4 Закреплять умение ходить в колонне по одному. Упражнять в бросании в горизонтальную цель правой и левой рукой, совершенствовать прыжки в длину с места, учить во время броска соблюдать указанное направление.	Чередование ходьбы и бега в колонне по одному.	ОРУ с мешочками Бросание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой в ящик или обруч на расстоянии 80-100 см. Прыжки в длину с места на двух ногах через веревку.	П/и «Пузырь»	Мешочки с песком, длинная веревка, 2 ящика или обручи для метания в цель.

ЯНВАРЬ

Занятие №1 Упражнять детей прыжке в длину с места, ползать на четвереньках и подлезать под рейку (веревку), закреплять умение ходьбы	Ходьба чередуется; с бегом в разные стороны (в рассыпную). По сигналу идти в колонне по одному за воспитателем.	ОРУ с флажками Ползание на четвереньках* и подлезание под дугу. Прыжки - в длину с места. Ходьба по гимнастической скамейке.	П/и «Воробышки и автомобиль»	2 шишки на каждого ребенка, 2 гимнастические скамейки, 2 стойки, веревка или рейка, маленький обруч
Занятие №2 Упражнять детей в метании вдаль правой и левой рукой, ходить по наклонной доске, следить, чтобы дети были внимательны, дружно играли.	Ходьба и бег в колонне по одному, ленту держать в одной руке	ОРУ с обручем Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. Бросание мешочков с песком вдаль правой и левой рукой.	П/и «Птички в гнездышках»	Цветные платочки и мешочки с песком по колву детей, 1-2 наклонные доски, обручи.

ФЕВРАЛЬ

<p>Занятие №1 Упражнять в ползании и подлезании под рейку, прыгать в длину с места, учить детей быть дружными, помогать друг другу.</p>	<p>Чередование ходьбы и бега в колонне по одному с флажком в руке. Следить, чтобы дети быстро реагировали на смену движений. Остановиться в рассыпную, повернувшись к воспитателю.</p>	<p>ОРУ с флажком Ползание на четвереньках Прыжки в длину с места.</p>	<p>П/и «Воробышки и автомобили»</p>	<p>Цветные флажки по количеству детей, 2 стойки и рейка.</p>
<p>Занятие №2 Упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросать в цель, прыгать в длину с места, способствовать развитию глазомера, координации движений и</p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному.</p>	<p>ОРУ с малым резиновым мячом Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. Бросание правой и левой рукой</p>	<p>П/и «Кошка и мышки»</p>	<p>1-2 наклонные доски, мешочки с песком по количеству детей, длинная веревка, 2-3 обруча или ящики, малый резиновый мяч.</p>
<p>Занятие №3 Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, учить бросать и ловить мяч, способствовать воспитанию сдержанности, ловкости и умению дружно играть.</p>	<p>Чередовать ходьбу и бег в колонне по одному и в рассыпную.</p>	<p>ОРУ Ходьба по гимнастической скамейке друг за другом 2-3 раза. Бросание мяча воспитателю и ловля мяча.</p>	<p>П/и «Кот и мышки»</p>	<p>Мячи по количеству детей, 1-2 гимнастические скамейки, мяч средний</p>
<p>Занятие №4 Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, учить подпрыгивать, способствовать развитию координации движений, развивать умение быстро реагировать на сигнал, дружно играть.</p>	<p>Ходьба и бег.</p>	<p>ОРУ с коротким шнуром Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Подпрыгнуть вверх и коснуться рукой шара, который находится выше поднятой руки ребенка на 10-12 см. Ходить, переступая кубики, расставленные на расстоянии 1-2 м один от другого.</p>	<p>П/и «Догоните меня»</p>	<p>Короткий шнур по количеству детей, палка с прикрепленным на ниточке шаром, 4-6 кубиков.</p>

МАРТ

<p>Задание №1</p> <p>Учить катать мяч, упражнять детей в ползании на четвереньках, способствовать развитию глазомера и координации движений, учить помогать друг другу.</p>	<p>Ходьба и бег с кубиками в руках.</p>	<p>ОРУ с кубиками.</p> <p>Ползание на четвереньках и подлезание под рейку (или веревку).</p> <p>Катание мяча друг другу.</p>	<p>П/и «Догоните меня»</p>	<p>По 2 кубика на каждого ребенка, 2 стойки, длинная веревка, на двоих детей 1 мяч.</p>
<p>Задание №2</p> <p>Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках в длину с места на двух ногах, развивать умение быстро реагировать на сигнал, способствовать развитию равновесия и координации движений.</p>	<p>Ходьба и бег.</p>	<p>ОРУ с лентами</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке в стороны.</p> <p>Прыжки в длину с места.</p>	<p>П/и «Поезд»</p>	<p>Ленточки по количеству детей, 1-2 гимнастические скамейки</p>
<p>Задание №3</p> <p>Упражнять детей в метании вдаль двумя руками из-за головы и катании мяча в воротики, приучать сохранять направление при метании и катании мячей.</p>	<p>Чередование ходьбы и бега. По указанию воспитателя взять мяч.</p>	<p>ОРУ со средними мячами</p> <p>Бросание мяча вдаль из-за головы.</p> <p>Катание мяча в воротики на расстоянии 1 -1,5м.</p>	<p>П/и «Кошка и мышки»</p>	<p>Мячи по количеству детей, 3-4 дуги.</p>
<p>Задание №4</p> <p>Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, учить спрыгивать с нее, закреплять метание вдаль из-за головы, учить ходить парами, способствовать преодолению робости, развитию чувства равновесия</p>	<p>Ходьба и бег между обручами, положенными на пол в разных местах комнаты.</p>	<p>ОРУ с обручами</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке, в концескамейки спрыгнуть.</p> <p>быть коврик или мат.</p> <p>Бросание мяча вдаль из-за головы.</p>	<p>П/и «Кошка и мышки»</p>	<p>Маленькие обручи и мячи по количеству детей, 1-2 гимнастические скамейки.</p>

АПРЕЛЬ

<p>Занятие №1</p> <p>Упражнять в спрыгивании с высот, метании предметов.</p>	<p>Ходьба и бег в рассыпную с погремушкой в руке.</p>	<p>ОРУ с коротким шнуром</p> <p>Ходьба на четвереньках друг за другом - «Кошечки идут».</p> <p>Спрыгивание с гимнастической скамейки.</p> <p>Бросание мешочков с</p>	<p>П/и «Мой веселый звонкий мяч»</p>	<p>Короткий шнур и мешочки с песком, 1-2 гимнастические скамейки.</p>
--	---	--	--------------------------------------	---

		песком в горизонтальную цель правой и левой рукой на расстоянии 100 см от обруча.		
Занятие №2 Совершенствовать прыжок в длину с места, метание в горизонтальную цель и ползание с подлезанием, приучать соразмерять бросок с расстоянием до цели, учить быстро "реагировать на сигнал	Ходьба и бег в колонне по одному	ОРУ с массажным мячом Ползание на четвереньках (5-6 м) и подлезание под дугу. Бросание мешочков с песком в горизонтальную цель правой и левой рукой. Прыжки в длину с места на двух ногах.	П/и «Пузырь»	Массажный мяч и мешочки с песком, 2-3 дуги, 3-4 больших обруча
Занятие №3 Совершенствовать метание вдаль из-за головы и катание мяча друг другу, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть и быстро реагировать на сигнал.	Ходьба в колонне по одному, ритмично греметь погремушкой. Бег в рассыпную.	ОРУ с флажком Бросание мяча вдаль двумя руками из-за головы. Катание мяча друг другу.	П/и «Воробышки и автомобиль»	Погремушки и мячи по количеству детей, маленький обруч.
Занятие №4 Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, упражнять в действовать по сигналу.	Ходьба и бег с лентой в руке.	ОРУ с лентой Ходьба по гимнастической скамейке, в конце спрыгнуть. Бросание и ловля мяча.	П/и «Солнышко и дождик»	Ленточки, 1-2 гимнастические скамейки, средней величины мяч.

МАЙ

Занятие №1 Совершенствовать метание в горизонтальную цель и ходьбу по наклонной доске, развивать умение бросать предмет в определенном направлении, способствовать развитию чувства равновесия и ориентировке	Ходьба и бег за воспитателем со сменой направления.	ОРУ с мешочком с песком Бросание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз.	П/и «Птички в гнздышках»	Мешочки с песком, 2-3 обруча или ящики, 1-2 наклонные доски.
--	---	---	-----------------------------	--

пространстве.				
Занятие №2 Закрепить умение ходить по наклонной доске, совершенствовать прыжок в длину с места и метание вдаль из-за головы, способствовать воспитанию смелости, ловкости и самостоятельности, учить согласовывать свои движения с движениями других детей	Ходьба и бег в колонне по одному и в рассыпную	ОРУ с малым резиновым мячом Бросание мяча вдаль из-за головы обеими руками. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. Прыжки в длину с места на двух ногах.	П/и «Пузырь»	Мячи среднего размера по количеству детей, 1-2 наклонные доски.
Занятие №3 Закрепить умение катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке и прыжке в глубину, совершенствовать чувство равновесия.	Ходьба и бег с обручем в руках со сменой темпа	ОРУ с обручем Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, в конце встать, выпрямиться и спрыгнуть. Катание мяча. Дети по двое рассаживаются друг против друга, на расстоянии 1,5-2 м	П/и «Мой веселый звонкий мяч»	Обручи, мячи малые резиновые
Занятие №4		Праздничное развлечение «Спортивный Карпуз»		

Структура занятия:

- 1) Подготовительная часть включает ходьбу, чередование ходьбы и бега, бег.
- 2) В основной части занятия используются общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в т.ч. с предметами, подражательные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры.
- 3) Заключительная часть: ходьба и малоподвижные игры, релаксация.

Методы обучения и воспитания

1. Наглядный: показ, имитация, звуковой сигнал (свисток), зрительные ориентиры (предметы, разметка пола);
2. Словесный: объяснения, пояснения, указания, подача команд, сигналов, вопросы к детям, словесная инструкция;

3. Практический:

1. Метод усложнения. Определенная логическая последовательность обучения упражнениям, постепенное усложнение упражнений за счет новых деталей: изменение темпа движения, изменение ритма, ввод новых деталей, изменение техники выполнения движения, предварительное выполнение движения каждой частью тела отдельно, а затем их объединение в одном упражнении.

2. Метод повторений.

3. Метод блоков. Объединение между собой разных, ранее разученных упражнений. Педагогические технологии. В программу внесены нетрадиционные оздоровительные технологии (дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, упражнения на расслабление, упражнения для укрепления свода стопы). Каждая из обозначенных технологий имеет оздоровительную направленность, а в комплексе здоровьесберегающая деятельность, в итоге, формирует у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное развитие.

2.4. Планируемые результаты

Результаты:

Дети будут знать основные движения, правила безопасности во время занятий с предметами.

Личностные результаты:

Появится мотивация к занятию к спорту. Ребенок будет знать свойства и функции предметов, может самостоятельно выполнять знакомые ему упражнения с использованием предметов.

Предметные результаты:

Ребенок будет, следить за осанкой, укрепит мышечный корсет и вестибулярный аппарат.

3. Комплекс организационно-педагогических условий.

3.1. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Обеспечение помещениями:

- Спортивный зал.

Оборудование и спортивный инвентарь:

- набор шаров для сухого бассейна, мяч малый резиновый, мяч резиновый средний, мяч массажный, мячи фитболы, обруч пластмассовый, тоннели крупногабаритные, клюшка с двумя мячами в сетке, массажная дорожка, набор теннисный детский (4 предмета), скакалки, платочки, погремушки, ленточки на кольцах, флажки, мешочки с песком, кубики пластмассовые, шнурки короткие, гимнастические скамейки, гимнастические палки, стулья, ребристые дорожки, маты, канат, шнуры длинные, кегли пластмассовые и т.д.

- Аудио- и видеоаппаратура.

- Аудио- и видеоматериалы

Вспомогательное оборудование:

- Оборудование для мест хранения спортивного инвентаря.

Учебно-методический материал:

- Научно-методическая литература.

- Документы планирования учебного процесса (программа, годовой план, поурочное планирование).

- Видеозаписи.

Кадровое обеспечение

Инструктор по физической культуре:

Федосеева Оксана Николаевна

3.2. Формы аттестации/контроля промежуточной и итоговой аттестации

Педагогический мониторинг достижения детьми планируемых освоения программы проводится 2 раза в год методом наблюдения за детьми во время образовательной деятельности:

вводный – первые две недели обучения, где определяются стартовые возможности
итоговый – в последние две недели, где выявляется уровень сформированности умений и навыков.

Для контроля знаний детей и проверки результативности обучения предусмотрены следующие мероприятия:

- проведение открытых компонентов непосредственно деятельности для родителей;
- проведение развлечений.

Оценка освоения основных движений детьми

(оценка двигательного опыта детей в баллах)

Показатели	Оценка
1. Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и схемой движения	Пять баллов (отлично)
2. При выполнении простых программных движений (теста) допущена одна ошибка, существенно не изменяющая характер движения и результат.	Четыре балла (хорошо)
3. Простые программные движения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступления от задания.	Три балла (удовлетворительно)
4. Упражнения практически не выполняются, однако, ребенок делает попытки к его выполнению.	Два балла (неудовлетворительно)
5. Ребенок не предпринимает попыток к выполнению двигательных заданий, физически не в состоянии выполнить его.	Ноль баллов (плохо)

Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей

Основные движения	Показатель
Ходьба и бег	Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног. Бег. Туловище прямое или наклонено немного вперед. Свободное движение рук. Соблюдение направления.
Прыжки	Исходное положение. Небольшое приседание на слегка расставленных ногах. Толчок, отталкивание одновременно двумя ногами. Полет, ноги слегка согнуты. Приземление, мягко. На две ноги.
Метание	Исходное положение: стоя, лицом в направлении броска, ноги слегка

	расставлены, правая рука согнута в локте. Замах. Бросок с силой.
Лазание	Крепкий хват руками. Поочередный перехват руками рейки. Чередующий шаг. Активные, уверенные движения.

4. Используемая литература

1. Абдульманова Л.В. Воспитание физической культуры у детей дошкольного возраста.- Ростов-на-Дону: Изд-во РГПУ, 2004.
2. Дегтярев И.П. Физическое развитие. Киев 2005.
3. Жуковская Р.И. Игра и ее педагогическое значение. – М., 1975
4. Змановский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях / Дошкольное воспитание. 1993, № 9.
5. Киноман А.В., Осокина Т.И. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М: Просвещение, 1984.
6. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления».- М.,2000 г.
7. Лайзане С. Я. Физическая культура для малышей: Кн. Для воспитателя дет. Сада. – М.: Просвещение, 2002.
8. Новоселова С.Л. О новой классификации детских игр/Дошкольное воспитание. – 1997 №3.
9. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. – Издание 3-е, переработанное. М:Просвещение, 1985.
10. Пензулаева Л.И. «Методика проведения подвижных игр» – М: Мозаика-Синтез, 2009 г.
11. Покровский Е.А. Игры на развитие ловкости. Коллекция русских детских игр — Санкт-Петербург, Сфера, 2010 г.
12. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду» Программа и методические рекомендации. Для занятий с детьми 2-7 лет. – М: Мозаика-Синтез, 2009 г
13. Уорнер Пенни 160 развивающих игр для детей до 3 лет — Москва, Попурри, 2009 г.
14. Федеральный Государственный Образовательный Стандарт. Ссылка: <https://base.garant.ru/>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022263

Владелец Разуева Наталья Валерьевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024