

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад «Радуга»

Авдеева
Елена
Михайловна

Подписано цифровой
подписью: Авдеева
Елена Михайловна
Дата: 2022.03.23
12:35:15 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МКДОУ детский сад «Радуга»
Авдеева Е.М.
Подпись инициалы, фамилия

Педагогический совет №5 от 28.09.2021 года
Приказ №434/1 от 29.09.2021 год
Изменения приняты на педагогическом совете
№ 1 от 28.02.2022 г.

**МОДУЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ ФИЗКУЛЬТУРНО -
СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
В СТАРШЕЙ ГРУППЕ "НЕПОСЕДЫ"**

Подготовила воспитатель:

Махова В. И.

Пояснительная записка

Я считаю, что традиционная система занятий с детьми на физкультурных занятиях недостаточно совершенна, как по структуре, так и по методике обучения. Это побудило меня, как дипломированного специалиста и имеющей опыт работы с дошкольниками, к поиску новых методов и разработке методических приёмов, систематизирующих опыт физического воспитания в детском саду.

Моя форма проведения занятий с дошкольниками старшей группы позволяет проводить:

– обучение основным видам движений во всех видах частей занятий: в разминке, в комплексе общих упражнений, в игровых упражнениях, в подвижных играх;

– исключение из структуры занятий кружка малоэффективных для физического развития и не интересных для ребёнка строевых упражнений, что сделает возможным дополнение занятий упражнениями точечного массажа и дыхательной гимнастики, элементами игровых упражнений, логоритмикой, ритмическими танцевальными блоками, эстафетами с играми.

Структура занятий:

– общеразвивающие занятия, общеразвивающие упражнения, основные виды движений, веселый тренинг, подвижные игры.

Цель кружка:

– укрепление здоровья и совершенствование психомоторных способностей дошкольников, развитие творческих и созидательных способностей занимающихся.

Задачи:

1. Существенное повышение интереса детей к физкультурным занятиям.
2. Стимулирование двигательной деятельности без ущерба для здоровья детей.
3. Продолжать формировать у детей доступные знания об основах здорового образа жизни.
4. Познакомить с игровыми эстафетами.

5. Воспитывать организованность и коллективизм.

6. Развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Формы обучения:

– специально организованные занятия в спортивном зале.

Методы и приемы работы:

– игровые, показ, объяснение, указание, совет, похвала, фотосессии.

Формат занятий:

– 1 раз в неделю с продолжительностью занятий 25 минут.

Прогнозируемый результат:

1. Формирование у детей потребности к движениям.

2. Овладение основными движениями.

3. Появление у детей ответственности не только за личный результат, но и за результат своей команды.

4. Укрепление мышц тела.

5. Развитие коллективизма и товарищества.

Перспективный план для кружка «Непоседы»

Месяц	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Веселый тренинг	Подвижные игры
1	2	3	4	5
Октябрь (1, 2 недели)	С флажками	Игра «Полоса препятствий» Игра «Строитель»	На морском коньке Качалочка	Собери мячи Пустое место
Октябрь (3, 4 недели)	Музыкально-ритмическая гимнастика	Броски в баскетбольное кольцо Лазанье по веревочной лестнице Ведение мяча	Оловянный солдатик Цапля	Удочка Змея
Ноябрь (1, 2 недели)	С маленьким мячом	Игра «Полоса препятствий» Игра «Построй пирамидку»	Ловкий чертенок	По местам Парк аттракционов
Ноябрь (3, 4 недели)	Со средним мячом	Тренажерная гимнастика	Растяжка ног	Растяжка ног Улитка
Декабрь (1, 2 недели)	Музыкально-ритмическая	Тренажерная гимнастика	Ах, ладошки	Мороз-Красный Нос

	гимнастика			Разверни круг
Декабрь (3, 4 недели)	С большим мячом	Игры с хопами	Карусель	Мышеловка Добрые слова
Январь (2 неделя)	Со скакалкой	Прыжки через скакалку Игра «Полоса препятствий»	Лодочка	Быстро возьми! Кто ушел?
Январь (3, 4 недели)	Со средним мячом	Игры с хопами	Насос	Мяч соседу Тихо-громко
Февраль (1, 2 недели)	Музыкально-ритмическая гимнастика с использованием карельских мелодий	Игра «Построй пирамидку»	Маленький мостик	Карельская игра «Ниточка-иглолочка»
Февраль (3, 4 недели)	С большим мячом	Блок «Ведение мяча»	Паровозик	Ловишки с ленточкой Не урони мяч
Март (1, 2 недели)	Музыкально-ритмическая гимнастика с использованием карельских мелодий	Игротанцы	Колобок	Вдвоем в одном обруче Тик-так!
Март (3, 4 недели)	С большим мячом	Игровые задания с лентами	Достань мяч!	Успей выбежать Гусиная прогулка
Апрель (1, 2 недели)	Музыкально-ритмическая гимнастика с использованием карельских мелодий	Игротанцы	Ракета	Карусель
Апрель (3, 4 недели)	С большим мячом	С мячом «Полоса препятствий» Лазание по веревочной лесенке	Экскаватор	Вышибалы Необычный художник
Май (1, 2 недели)	Со скакалкой	Упражнения со скакалкой	Крокодил	Полоса препятствий
Май (3, 4 недели)	С большим мячом	Игротанцы	Гусеница	Классики Мышка

Литература

1. Власенко Н. Э. «300 подвижных игр для дошкольников» – М.: Айрис пресс, 2011
2. Лагутин А. Б., Матвеев А. П. «Помогите ребёнку стать сильным и ловким» – М., 1994
3. Латохина Л. И. «Творим здоровье души и тела» – СПб., 1997
4. Маханева М. Д. «Воспитание здорового ребёнка» – М., 1999
5. Нестерюк Т., Шкода А. «Гимнастика маленьких волшебников. Элементы йоги для детей» – М., 1993
6. Осокина Т. И. «Физическая культура в детском саду» – М., 1973
7. Пензулаева Л. И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет» В– М.: Владос, 2001
- 8 Программа воспитания в детском саду. – М., 1987