

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Радуга»

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующая МКДОУ детский сад «Радуга»

Авдеева Е.М. \_\_\_\_\_

Педагогический совет № 4 от 30.09.2024 года

Приказ № 248 – од. от 02.10.2024 год

**МОДУЛЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ  
ПРОГРАММЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
В ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ ГРУППАХ «БЕРЁЗКИ» И «РЫБКИ»  
«НЕПОСЕДЫ»  
на 2024/2025 учебный год**

(разработанной на основе «Са-фи-дансе» Фирилевой Ж. Е. и Сайкиной Е. Г.  
и «Ритмической мозаики» Бурениной А. И.)

Срок реализации программы: 2025 год

Программу составила: Махова Вера Ивановна,  
инструктор по физической культуре

2024 г.

пгт. Пряжа

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 подготовительной 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, танцевальные движения, игры-эстафеты.

Цель кружка:

- укрепление здоровья и совершенствование psychomotorных 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 30 минут.

Прогнозируемый результат:

1. Формирование у детей потребности к движениям.

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

3. Укрепление и оздоровление организма детей, формирование необходимых навыков движений.

4. Развитие коллективизма и товарищества.

5. Развитие музыкального слуха и памяти, чувства ритма.

6. Воспитание элементарной дисциплинированности.

Задачи в подготовительной группе  
(дети в возрасте 6-7 лет)

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 детей с играми-эстафетами с нетрадиционным делением зала.
5. Воспитывать организованность и коллективизм.
6. Познакомить детей с карельскими танцами.

Перспективный план для кружка «Непоседы»  
подготовительных групп «Берёзки» и «Рыбки»

| Месяц                    | Общеразвиваю<br>щие<br>упражнения | Игровые<br>упражнения            | Игро-танцы                            | Подвижные<br>игры                                   |
|--------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 1                        | 2                                 | 3                                | 4                                     | 5                                                   |
| Октябрь<br>(1, 2 недели) | Диагностика                       |                                  |                                       |                                                     |
| Октябрь<br>(3, 4 недели) | С малым<br>мячом                  | Качалочка                        | Подскоки                              | Игра-эстафета<br>с<br>традиционным<br>делением зала |
| Ноябрь<br>(1, 2 недели)  | С тренажёрами                     | Катание на<br>морском<br>коньке  | Танец<br>«Финская<br>полька»          | «Удочка»                                            |
| Ноябрь<br>(3, 4 недели)  | Со средним<br>мячом               | Стойкий<br>оловянный<br>солдатик | Танец<br>«Карельский<br>рэп»          | «Совушка»                                           |
| Декабрь<br>(1, 2 недели) | С<br>гимнастически<br>ми палками  | Ловкий<br>чертёнок               | Танец «В<br>гостях у трех<br>поросят» | Сюжетные<br>игры-эстафеты                           |
| Декабрь<br>(3, 4 недели) | С большим<br>мячом                | Ах, ладошки                      | Творческая<br>импровизация            | Сюжетные<br>игры-эстафеты                           |
| Январь<br>(2 неделя)     | Со скакалкой                      | Карусель                         | Танец<br>«Часики»                     | «Два мороза»                                        |
| Январь<br>(3, 4 недели)  | Со средним<br>мячом               | Лодочка                          | Танец<br>«Макарена»                   | «Горелки»                                           |
| Февраль<br>(1, 2 недели) | В парах                           | Насос                            | Танец «Поезд»                         | Игра-эстафета<br>с<br>нетрадиционны                 |

|                          |                 |            |                                |                                              |
|--------------------------|-----------------|------------|--------------------------------|----------------------------------------------|
|                          |                 |            |                                | м делением зала                              |
| Февраль<br>(3, 4 недели) | С косичкой      | Паровозик  | Танец<br>«Клоуны»              | «Морские учения»                             |
| Март<br>(1, 2 недели)    | С обручем       | Колобок    | Танец<br>«Волшебный цветок»    | Игра-эстафета с нетрадиционным делением зала |
| Март<br>(3, 4 недели)    | С листом бумаги | Ракета     | Танец «Птица без гнезда»       | «Искатели клада»                             |
| Апрель<br>(1, 2 недели)  | С лентой        | Экскаватор | Танец<br>«Карусельные лошадки» | «Космическое путешествие на Марс»            |
| Апрель<br>(3, 4 недели)  | Без предметов   | Крокодил   | Танец «Черный кот»             | Игра-эстафета с традиционным делением зала   |
| Май<br>(1, 2 недели)     | Со скакалкой    | Гусеница   | Танец «Нитка иголка»           | Игра-эстафета с традиционным делением зала   |
| Май<br>(3, 4 недели)     | Диагностика     |            |                                |                                              |

Ожидаемые результаты в подготовительной группе

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.
6. Использование танца как способ полностью раскрепоститься и не бояться быть самим собой.
7. Умение подчиняться правилам и умение контролировать своё поведение.

Литература

1. Буренина А. И. «Ритмическая мозаика» – СПб.: ЛОИРО, 2000
2. Власенко Н. Э. «300 подвижных игр для дошкольников» – М.: «Айрис пресс», 2011
3. Воронова Е. К. «Игры эстафеты с нетрадиционным делением зала для детей старшего дошкольного возраста» – Петрозаводск: КГПУ, 2009
4. Лагутин А. Б., Матвеев А. П. «Помогите ребёнку стать сильным и ловким» – М., 1994
5. Латохина Л. И. «Творим здоровье души и тела» – СПб., 1997
6. Маханева М. Д. «Воспитание здорового ребёнка» – М., 1999
7. Нестерюк Т., Шкода А. «Гимнастика маленьких волшебников. Элементы йоги для детей» – М., 1993
8. Савчук О. «Школа танцев для детей от 3 до 14 лет» – СПб.: «Ленинградское издательство», 2009
9. Утробина К. К. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет» – М.: «Гном и Д», 2008
10. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «Са-фи-дансе» – СПб.: «Детство-пресс», 2007