

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №5 (центр образования) г. Суворова имени Героя
Советского Союза Е.П. Тарасова».

ПРИНЯТА

педагогическим советом

протокол № 1 от 28.08.2023

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №5 ЦО г.
Суворова им. Е.П. Тарасова»

Е.В. Медведева

Приказ № 86 от 28.08.23



**ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«СИЛЬНЫЕ. СМЕЛЫЕ. ЛОВКИЕ»**

Возраст обучающихся 5-6 лет

Срок реализации 1 год

2023 год

Пояснительная записка

Дошкольный период – чрезвычайно важный этап в жизни ребёнка. Обучение движениям оказывает влияние на здоровье, общее физическое развитие познавательных способностей, волевых качеств, эмоциональности ребёнка, то есть на его внутренний мир. Обучение движениям способствует гармоничному развитию личности, совершенствованию как физических, так и психологических, интеллектуальных, духовно-нравственных качеств. Обучаясь движениям, ребёнок приобретает знания, необходимые для его сознательной, двигательной деятельности, приобретает опыт в их реализации., в том числе творческой.

Обучение движениям способствует осознанию ребёнком самого себя как личности, вырабатывает у него потребность совершенствовать собственную природу. Создаёт предпосылки для реализации его индивидуальности. Осуществляя самые разные движения, ребёнок получает возможность самосовершенствования, формируется интерес и любовь к физической культуре.

Актуальность данной программы определяется тем, что перед дошкольным учреждением стоит задача по воспитанию физически, психологически здорового ребёнка.

Цель и задачи программы

Целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения обучающимися социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут, развитие социальных, нравственных, эстетических качеств, ценностей здорового образа жизни, физических качеств, самостоятельности и ответственности и личностное развитие обучающихся

Цель: повышение физической подготовленности детей, ровня здоровья при одновременном развитии их двигательных физических способностей.

Задачи:

- сохранения и укрепление здоровья детей;
- формирование привычки к здоровому образу жизни;
- развитие психофизических качеств (быстрота, сила, выносливость, гибкость, ловкость и т.д.);
- профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата, простудных заболеваний;
- формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности;
- развитие внимание, сосредоточенности, организованности;
- развитие воображения, фантазии, умения управлять своими поступками, чувствами.

Принципы реализации программы

- Принцип индивидуальности;
- Принцип доступности;
- Принцип систематичности;
- Принцип активного обучения;
- Принцип последовательности;
- Принцип коммуникативности;
- Принцип оздоровительной направленности;
- Принцип результативности.

Виды деятельности

- Корректирующая, ритмическая гимнастика;
- Динамические и оздоровительные паузы;
- Релаксационные упражнения;
- Различные виды игр;
- Занимательные разминки;
- Дыхательная гимнастика.

Для успешной реализации программных задач используются занятия по содержанию:

- Традиционные;
- Круговые тренировки;
- Игровые;
- Занятия – путешествия;
- Обучающие;
- Познавательные.

Особенности программы

- Рассматривается под оздоровительным аспектом;
- Акцент оздоровительной работы делается на развитие двигательной деятельности ребёнка;
- Занятия построены с учётом возрастных критериев;
- Использование совершенных форм и методов работы;
- Проводится в тесном сотрудничестве с семьями воспитанников.

В соответствии с Письмом Министерства просвещения РФ от 21 июня 2021 г. N 03-925 и методическими рекомендациями по реализации образовательных программ дошкольного образования с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий образовательная программа кружка может осуществляться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

При реализации ООП ДО с применением ЭО, ДОТ организация руководствуется следующими нормативными правовыми актами:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- Федеральным законом от 27 июля 2006 г. N 152-ФЗ "О персональных данных";
- Федеральным законом от 27 июля 2006 г. N 149-ФЗ "Об информации, информационных технологиях и о защите информации";
- Федеральным законом от 29 декабря 2010 г. N 436-ФЗ "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию";
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (далее - СП 2.4.3648-20), утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 (Зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г., регистрационный N 61573);
- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (далее - СанПиН 1.2.3685-21), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 (Зарегистрировано в Минюсте России 29 января 2021 г., регистрационный N 62296).

Взаимодействие с детьми

- Сам ребёнок молодец, у него всё получается, возникающие трудности преодолимы;
- Постоянные поощрения всех усилий ребёнка и результатов его действий;
- Исключение отрицательной оценки ребёнка и результатов его действий;
- Сравнение всех результатов ребёнка только с его собственными, а не результатами других детей;
- Каждый ребёнок должен продвигаться вперёд своими темпами и с постоянным успехом.

Взаимодействие с родителями

- Информация для родителей на стендах, консультации;
- Инструктивно-методические занятия по профилактике нарушения осанки;
- Деловые игры и тренировки;
- «Открытие дни» для родителей с просмотром разнообразных занятий в физкультурном зале;
- Физкультурные досуги и праздники с участием родителей.

Программа разработана на основе пособия В.Л.Страковская «300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет» и рассчитана на детей 5-6 лет

Ожидаемый результат программы

- Развитие физических качеств дошкольников посредством спортивно-оздоровительной работы;
- Повышение уровня физической подготовленности (прирост показателей развития физических качеств);
- Нормализация статистических и динамических функций организма;
- Скоординированность действий специалиста физкультурно-оздоровительной работы с детьми;
- Повышение активности родителей в совместной работе по укреплению здоровья детей.

Октябрь:

1. Береги своё здоровье (познавательное).
2. Путешествие в страну спорта и здоровья (познавательное).
3. Что такое правильная осанка (обучающее).
4. Вот так ножки, вот так ручки (обучающее).

Ноябрь:

1. Почему мы двигаемся? (познавательное).
2. Выше, дальше и быстрее (обучающее).
3. Пройди – не ошибись (ориентирование).
4. Ловкие зверята (комплекс упражнений игровой формы).

Декабрь:

1. В гостях у цирка (физкультурно-развлекательное).
2. Сюжетное занятие (комплекс упражнений игровой формы).
3. Закрепление правильной осанки.
4. Учимся правильно дышать (обучающее).

Январь:

1. Незнайка в стране здоровья (физкультурно-развлекательное).
2. Лыжники (занятия на воздухе).

Февраль:

1. Закрепление правильной осанки.
2. Путешествие в страну шароманию (физкультурно-развлекательное).
3. Мы сильные и ловкие (с родителями).
4. Вот какие мы гибкие (обучающее).

Март:

1. Не урони колечко (обучающее с обручем).
2. Детский старт-нейджер (открытое занятие).
3. Защита крепости (развлечение на воздухе).
4. Обучаемся эстафетам.

Апрель:

1. Меткие стрелки (обучающее).
2. Чей красивее прыжок (обучающее).
3. Лови – бросай, упасть не давай (обучающее).
4. Закрепление владения мячом.

Май:

1. Мы юные спортсмены (закрепление физических навыков).
2. Упражнение на расслабление (обучающее).
3. Пойдём в поход (с родителями).
4. Итоговое занятие.

1. Г.П.Лескова, П.П.Будинская, В.И.Васюкова «Общеразвивающие упражнения в детском саду» 1981г.
2. М.И.Фонарёв «Физические основы развития движения детей».
3. М.П.Голощёкина «Средства и формы работы с детьми по развитию движений» 1975г.
4. Д.В.Хухлаева «Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях» Москва, «Просвещение», 1984г.
5. А.И.Фомина «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду» Москва, «Просвещение», 1984г.
6. В.Л.Страковская «300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет» Москва, «Новая школа», 1994г.