

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 61 г. Йошкар-Олы
«Теремок»**

ПРИНЯТО.

Педагогическим советом МБДОУ
«Детский сад № 61 «Теремок»
от «30» августа 2023г. Протокол №1

УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего МБДОУ
«Детский сад №61 «Теремок»
от 30.08.2023г. № 37

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Игровичок»**

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Уровень программы: базовый

Категория и возраст обучающихся: для детей общеразвивающих групп в возрасте от 6 до 7 лет

Срок освоения программы: учебный год (01.09.2023г.- 31.05.2024г.)

Объем часов: 36

Разработчик программы: Ермолина Н.В., воспитатель.

Йошкар-Ола
2023

Пояснительная записка

Программа кружка дополнительного образования «Игровик» разработана в рамках физкультурно-оздоровительной направленности для воспитанников подготовительной группы и направлена на реализацию вариативной части комплексной программы по физической культуре. Организация в образовательных учреждениях дополнительного образования детей физкультурно-спортивных кружков – одно из перспективных направлений работы по формированию здорового образа жизни, привлечению детей к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

Новизна и актуальность. Проявляя заботу о здоровье детей средствами физической культуры, в стране создана необходимая законодательная база, регламентирующая всю систему физического воспитания ребёнка, как в дошкольных учреждениях, так и в семье. Исходя из этого, согласно образовательной программе было решено организовать кружок в целях достижения у детей запаса прочности здоровья, развития двигательных способностей, улучшения физической подготовленности и обогащению знаний, представлений о спортивных играх.

Необходимость организации работы кружка в подготовительной группе возникла по ряду причин:

- недостаточная двигательная активность детей в течение дня, (особенно в холодный период года);
- большая загруженность статическими занятиями;
- недостаточность внимания в Программе воспитания и обучения в детском саду (под редакцией М.А. Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой) игровым видам спорта, обучению детей игре в баскетбол, волейбол, футбол;
- желание родителей видеть ребенка физически совершенным: развитым, здоровым, активным.

Цель: формирование у воспитанников подготовительной группы основ здорового образа жизни, содействовать развитию адаптационных возможностей и улучшению работоспособности детского организма, совершенствовать навыки закаливания организма детей, осваивать навыки владения мячом в различных игровых видах спорта.

Задачи:

1. Дать представления об основных спортивных играх, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
2. Обучить осознанному владению движениями при выполнении физических упражнений.
3. Воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, смелость во время выполнения физических упражнений, содействовать развитию психических процессов (воображения, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.
4. Укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию,
5. Развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) способностей;

Формы и режим занятий:

Занятия проводятся с 1 октября 2023 года по 30 мая 2024 г 1 раз в неделю длительностью до 30 минут после дневного сна с 16.00 до 16.30. Программа рассчитана на 1 год обучения, общее количество часов в год 30 часов.

Программа реализуется посредством основных методов работы:

- метод круговой тренировки.
- игровой метод.
- соревновательный метод.
- наглядные методы.
- групповые и игровые формы работы

Предполагаемый результат:

- Повысить двигательную активность детей;
- Повысить уровень ответственного отношения детей к себе, к своему здоровью и физической культуре.
- Получить положительные результаты оздоровления и физического развития детей, сформировать навыки владения мячом в спортивных играх.

Учебно – тематический план работы.

Разделы	Месяц	Содержание программного материала	Кол – во минут	
			теория	практика
Баскетбол.	Октябрь.	Теоретические основы. Зарождение игры. Техника безопасности при занятии баскетболом.	1	
		Стойка баскетболиста. Передвижение по площадке бегом, приставными шагами. Подвижная игра «Поймай мяч»		1
		Остановки двумя шагами, повороты. Ловля мяча. Подвижная игра «Кого назвали, тот ловит мяч».		1
		Передача двумя руками от груди. Подвижная игра «Мяч ведущему»		1

	Ноябрь.	Передача мяча двумя руками при движении парами. Подвижная игра «Мяч в воздухе».		1
		Ведение мяча на месте правой и левой рукой. Подвижная игра «Передал-садись».		1
		Ведение мяча вокруг себя попеременно правой и левой рукой. Подвижная игра «Борьба за мяч».		1
		Ведение мяча с продвижением вперед, с изменением направления передвижения. Подвижная игра «Перестрелка»		1
		Ведение мяча бегом. Подвижная игра «Вышибалы».		1

Волейбол.

	Декабрь.	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места Подвижные игры по выбору детей.		1
		Ведение мяча и передача мяча (работа в парах) Подвижная игра по выбору.		1
	Декабрь.	История возникновения игры в волейбол. Техника безопасности на занятиях волейболом.	1	
		Подбрасывание и ловля мяча двумя руками на месте. П/и «Точный удар»		1
	Январь.	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками в движении П/и. по выбору		1
		Подбрасывание и ловля мяча двумя руками с хлопком. П/и по выбору		1
		Подбрасывание и ловля мяча одной рукой (удобной). П/и по выбору		1
		Перебрасывание мяча друг другу в парах с надувными мячами П/и. по выбору.		1

	Февраль.	Перебрасывание мяча через сетку друг другу в парах П/и по выбору		1
		Перебрасывание мяча через сетку в парах с передвижением. П/и по выбору		1
		Удар по мячу после подбрасывания над собой. П/и по выбору		1
		Правила игры в пионербол, двусторонняя игра.		1
Футбол.	Март.	История зарождения игры. Техника безопасности на занятиях футболом.	1	
		Перемещение: бег по прямой, с быстрыми остановками, поворотами, прыжками, скрестные шаги по прямой. П/и по выбору.		1
		Удары по неподвижному мячу. П/и по выбору		1
		Удары по катящемуся мячу внутренней и внешней стороной стопы, носком. П/и по выбору.		1

	Апрель.	Ведение мяча по прямой последовательными толчками внешней стороной стопы одной ногой. П/и по выбору		1
		Ведение мяча «змейкой» вокруг предметов. П/и по выбору		1
		Попадание мячом в предметы, забивание в ворота. П/и по выбору		1
		Техника игры вратаря: ловля, отбивание мяча. П/и по выбору		1
	Май.	Передача мяча друг другу, прием катящегося мяча от партнера. П/и по выбору		1
		Подвижные игры с элементами футбола по выбору.		1
		Итого:	3	27

Спортивное оборудование.

Гимнастическая стенка (1 пролета) -3 шт.

Гимнастические скамейки (высота 30см.) - 2 шт.

Навесные щиты для баскетбола - 1 шт.

Конусы для разметок: высота 25 см - 10 шт.;

Мячи надувные – 16 шт.;

Мяч набивной (700 гр.) - 4 + 1 шт.;

Мячи баскетбольные– 2 шт.;

Мячи футбольные – 2 шт.;

Мячи резиновые большие – 16 шт.;

Корзины для мячей - 2 шт.

Методическое обеспечение программы.

1. Адашкевичене Э.И. Спортивные игры и упражнения. – М.: «Просвещение», 1992г.
2. Громова О.Е. «Спортивные игры для детей».- М.: «ТЦ Сфера», 2002г.
3. Зимонина В.Н. Программа «Расту здоровым» М.: «ТЦ Сфера» 2013г.
4. Кенеман А.В., Кистяковская М.Ю., Осокина Т.И., «Физическая подготовка детей 5-6 лет к школе» М.: «Просвещение», 1980г
5. Яковлева Л.Ф. Программа «Старт» Журнал «Дошкольное воспитание» № 1-12,1996, № 1-2, 1997 - интернет ресурс