

Управление образования Находкинского городского округа

**муниципальное Бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад № 42» г. Находка**

Рассмотрена на заседании
Педагогического совета
МБДОУ «ЦРР-детский сад № 42»
г. Находка
Протокол № 5 от 28.05.2025г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«ЦРР-детский сад № 42»
г. Находка
В.А.Кузьминская



СПОРТИВНОЕ ЛЕТО.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
Физкультурно-спортивной направленности
Возраст учащихся: 5 – 7 лет
Срок реализации программы: 3 месяца

Батура Анастасия Викторовна
Воспитатель

г. Находка
2025 год

1.1 Пояснительная записка

Нормативно – правовой основой для разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы является Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Актуальность программы определяется тем, что работа по данной программе

ориентирована на физическое совершенствование воспитанников, приобщение их к здоровому образу жизни, сохранению и укреплению здоровья детей средствами физического воспитания, приобретению представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствами его укрепления, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности. Физкультурно-спортивная направленность включает следующие группы программы: спортивная подготовка (бадминтон, футбол, шашки), общая физическая подготовка (ритмическая гимнастика, физкультурные занятия, спортивные, народные и подвижные игры)

Своевременность предлагаемой программы, соответствует государственной политике в области дополнительного образования и ориентирование на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей, а также возможностями педагогического коллектива учреждения и условиями, созданными в детском саду. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (далее Программа) отвечает образовательному запросу социума, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах деятельности через физическое развитие. Программа составлена на основе требований к структуре образовательных программ, определяемых ФГОС ДО, применительно к каждому этапу физической подготовки развития детей.

Отличительные особенности программы: отличительная особенность программы состоит в том, что она направлена на формирование и развитие физических способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, а также на организацию их свободного времени. Программа обеспечивает адаптацию детей к жизни в обществе, профессиональную ориентацию, а также выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности. воспитывает целеустремлённость, волевые и другие важные качества. Программа включают в себя не только традиционные занятия физкультурой, но и активные игры, прогулки на свежем воздухе, а также обучение основам гигиены.

Направленность программы: программа физкультурно-спортивная.

Язык реализации программы– государственный язык РФ – русский,

Уровень освоения – **стартовый уровень** освоения элементарной грамотности учащихся в избранном виде деятельности, через использование и реализацию педагогом общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность программы.

Адресат программы: программа ориентирована на дошкольников МБДОУ 5 – 7 лет Находкинского городского округа. Воспитанники среднего и старшего возраста значительно быстрее и лучше овладевают двигательным умением, если попутно воздействовать на развитие у них ловкости, смелости, активности. При воздействии упражнений в основных движениях не только совершенствуется строение тела, функциональные возможности организма, но и изменяется характер ребенка. Свободные, раскрепощенные движения порождают свободу личности, воспитывают смелость и решительность, раскованность и активность поведения, доброжелательные отношения со сверстниками. Выполнение основных движений гармонизирует отношения с окружающим миром, способствует познанию и формированию двигательной культуры.

Форма обучения – очная.

Цель программы:

Цель: создать условия для оптимальной двигательной деятельности, формирования всесторонне развитой интеллектуальной творческой личности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей средствами физической культуры.

Задачи программы:

Воспитательные:

воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;

воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий;

- воспитывать самостоятельность и инициативу, находчивость в достижении поставленных целей; коммуникативные навыки, стремление к преодолению трудностей, уверенности в себе;

- воспитывать способность и умение элементарного самоконтроля и саморегуляции своих действий;

Развивающие:

- развивать умения осознанно, технично, точно, активно выполнять

упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;

- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, проявлять творчество при выполнении движений в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, умение взаимодействовать в команде;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- развивать различные виды памяти, внимания и воображения, любознательность, смекалку, умственную активность;

Развивать у детей интерес к занятиям **спортом**, к истории и культуре своей Родины.

Обучающие:

- обучать разнообразным упражнениям с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, о физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- формировать мыслительные операции (анализ, синтез, сравнение, обобщение, выделять главное, доказывать и опровергать);
- расширять словарный запас и общий кругозор;
- расширять коммуникативные способности детей путем создания игровых ситуаций.

Особенности организации образовательного процесса.

Условия набора и формирование групп: набор и зачисление в группу осуществляет образовательная организация. Набор и зачисление осуществляется через портал Персонифицированного дополнительного образования <https://25.pfdo.ru/app> на основании личного заявления родителя (законного представителя) воспитанника ДООУ

Рекомендуемое число обучающихся в группе – 15 - 20 человек.

Срок реализации программы 3 месяца (июнь, июль, август)

Продолжительность образовательного процесса: расчёт часов производится исходя из 36 учебных недель в квартал со следующей нагрузкой:

Количество часов в квартал	Продолжительность занятий	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю
36	1 час	3 раза	3 час

36 часов за 3 месяца (июнь, июль, август) реализации, определяются на основании уровня освоения и содержания краткосрочной программы, а также с учётом возрастных особенностей учащихся.

В программе интегрируются различные стороны обучения, развития и воспитания: нравственное, эстетическое, трудовое, значительно расширяющий кругозор дошкольников.

Основной формой образовательного процесса является занятие. Занятия проводятся в течение 35 -40 минут. Виды занятия определяются содержанием программы и предусматривают теоритические и практические виды деятельности.

1.3. Содержательный раздел

Учебный план.

№	Название раздела. Тема	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Знакомство с программой	3	1	2	Публикация в ВК
1.1	Что мы знаем о спорте?	1	0.5	0.5	Квест – игра
1.2	Сказочные эстафеты	3	0.5	1,5	Спортивное развлечение
2.	«Кто со спортом дружен, тому врач не нужен».	33	8	25	Публикация в ВК
2.1	«Я, ты, он, она – вместе спортивная семья»	3	1	2	Физкультурно-спортивное развлечение
2.2	Путешествие в страну «Игралию»	4	1	3	Презентация спортивных игр
2.3	День мяча	3	0,5	2,5	Презентация.

					Выставка поделок в форме мяча
2.4	Олимпийские игры	4	1	3	Виртуальная экскурсия
2.5	Богатырские потехи	4	1	3	Презентация
2.6	Петрушкины загадки	3	1	2	Квест игра
2.8	Подвижные народные игры	3	0,5	2,5	Развлечение, презентация
2.9	Долина весёлых движений	4	0,5	3,5	Игра- путешествие
2.10	Быстрые, ловкие, смелые	2	0,5	1,5	Спартакиада. Фото отчет
2.11	Шашечный турнир	3	1	2	Спортивный праздник
	Итого	36	9	27	

Содержание учебного плана.

1. Раздел: Введение в программу

1.1 Тема. «Что мы знаем о спорте?»

Теория: познакомить детей с понятием спорт: закреплять представление о том, что спортом можно и нужно заниматься с детства. Занимаясь спортом, ты становишься сильным, ловким, целеустремленным и укрепляешь свое здоровье и т.д.

Практика: введение в программу, ритмическая гимнастика: «Делайте зарядку»; подвижная игра «Мой весёлый звонкий мяч».

1.2. Тема: «Сказочные эстафеты»

Теория: познакомить детей с разнообразными упражнениями, делая акцент на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением

Практика: игра – путешествие по русским сказкам с выполнением заданий «Царевна – лягушка (метание в цель), «Иван царевич и серый волк (бег с препятствием), «Колобок» (прокатывание мяча вокруг конусов), «Полёт Бабы Яги» (прыжки на мяче фитнес бол), «Айболит» (дети бегут, оббегая конусы, градусник большого размера держат под мышкой, передают градусник без помощи рук), «Три медведя» (бег по трое в обруче), Танец-игра «Вперед 4 шага»

2. «Кто со спортом дружен, тому врач не нужен»

2.1. «Я, ты, он, она – вместе спортивная семья»

Теория: беседы с детьми о здоровом образе жизни с рассматриванием иллюстраций на спортивную тематику. Знакомить с пословицами о здоровье, физкультуре, спорте.

Практика: ежедневная ритмическая гимнастика "Заводные куклы". "Танец с зонтиками". Упражнения со скакалкой, обручем, гимнастическими палками, с кубиками, мячом, просмотр спортивных телепередач и мультфильмов, организация подвижных, спортивных и народных игр под девизом «Лету спортивному – Ура!»

2.2. «Путешествие в страну Игралию».

Теория: дать представление о разных видах спортивных игр. актуализировать эмоциональный опыт детей в таких играх как футбол, бадминтон, способствовать развитию у детей доброжелательности, понимания во взаимоотношениях со сверстниками. Страна спортивных игр" — это увлекательный мир, где каждый может проявить свои физические и умственные способности, а также получить удовольствие от активного времяпрепровождения. *Практика:* игра: «Бадминтон», спортивное развлечение: «Папа, мама, я спортивная семья», рисование «Моя любимая игра».

2.3. День мяча

Теория: Мяч, пожалуй, стоит отнести к самым универсальным и многогранным игрушкам. Многие почему-то отдают ему только спортивную роль. Однако эта игрушка не только развивает ловкость, координацию движений ребенка, но и учит мыслить, развивает наблюдательность, является средством общения между людьми.

Практика: игры с мячом «Мяч в ворота», «Мини-баскетбол», «Выбей мяч из круга», «Мячик кверху», «Гонка мячей» и др.

2.4. Олимпийские игры

Теория: дать первичные представления о летних олимпийских играх, что на Олимпиаде можно не только играть в любимые виды спорта, но и открывать для себя новые знания, участвовать в соревнованиях и знакомиться с единомышленниками. Знакомить с историей олимпийских игр..

Практика: просмотр презентации «Олимпиада», игра «Городки», «футбол», «бадминтон» и др.

2.5. Тема: «Богатырские потехи»

Теория: знакомить детей с историческим прошлым России, закреплять знания о былинных **богатырях**. Совершенствовать координацию движений, формировать ловкость и меткость у детей, создать детям радостное настроение; атмосферу веселья, доброжелательности, потребность коллективного общения, дружеского состязания;

Практика: игра «Попади в цель» (метание), «перетягивание каната», «быстрый богатырь» (бег с преодолением препятствий), «постой башню» и др. Слушание песни «Богатырская наша сила».

2.6. Петрушкины загадки

Теория: средствами загадок познакомить детей с видами спорта, с русскими народными подвижными и хороводными играми.

Практика: квест: «Знатоки народных игр». Игры «Золотые ворота», «Ловкий вратарь», «Челночок», «Полоса препятствий», «Филин и пташки», «Перебежки» и др. Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве. Упражнять в беге.

2.7. Подвижные народные игры.

Теория: рассказать детям о том, что через игры развиваются физические качества: их сила, ловкость, быстрота реакции, ориентация в пространстве, выносливость; формируется умение сознательно вырабатывать полезные привычки правильного поведения.

Практика: Спортивное развлечение «Весёлые старты» (подвижные и спортивные игры), экскурсия на школьный стадион с проведением двигательной деятельности.

2.8. Долина весёлых движений

Теория: рассказать детям о пользе занятий физической культурой. Поощрять инициативу детей в организации игр с элементами спорта (футбол, бадминтон, шашки, шахматы и др.).

Практика: Игра - путешествие в процессе которой дети решают проблемные ситуации, которые встречаются на пути, ориентируются по карте, находят схемы с заданиями выполняют их, встречают сказочных героев.

2.9. Быстрые, ловкие, смелые

Теория: Формируя у детей представления о лёгкой атлетике, которая может быть полезна для детей 5 лет, так как развивает физические качества, такие как скорость, выносливость, ловкость и гибкость. Проводить тренировки следует в виде игр и упражнений, адаптированных под возраст ребенка

Практика: Квест – игра «Быстрые, ловкие, смелые» (игры и упражнения с прыжками, бегом, метанием: «Классы», «Перемещение лягушек», «Переброс мяча», «Русская лапта», «Ловишка в гругу» и др.

2.10. Шашечный турнир

Теория: продолжать знакомить детей игре в шашки. Шашки – традиционная и замечательная игра, которая учит думать над ходами, анализировать действие противника. Такие игры учат аккуратности, последовательности в действиях, умению не обижаться при проигрышах.

Практика: игра в шашки (дети с детьми, дети с родителями), награждение победителей, праздничное представление с элементами игр.

1.4. Планируемые результаты

Личностные результаты

Воспитанник будет иметь представления о разных видах спорта; будет аргументировано оценивать пользу занятий физической культурой, выполнять правила игры;

У воспитанника будет сформировано ценностное отношение к своему здоровью, здоровью других участников образовательного процесса, к самому образовательному процессу и его результатам.

У воспитанника будет сформирована целенаправленность и саморегуляция собственных действий, социальное представление и ценностное отношение к окружающему миру, расширен кругозор, познавательный и интеллектуальный потенциал.

Метапредметные результаты

Воспитанник будет знать о факторах, влияющих на здоровье, способах, сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, здоровья, будет стремиться поддерживать интерес к физической культуре к выполнению упражнений, делать выводы, устанавливать причинно – следственные связи;

Воспитанник приобретет коммуникативные способности и нормы культуры поведения, общения, принятые в обществе.

Предметные результаты

Воспитанник будет знать виды спорта, спортивные принадлежности, что есть летние и зимние олимпийские игры.

Воспитанник будет уметь решать проблемные ситуации, проявлять свою творческую активность, устойчивый интерес к физической культуре.

Воспитанник будет владеть информацией о летних и зимних олимпийских играх, о спортивных традициях, подвижных и русских народных играх.

Раздел № 2. Организационно – педагогические условия

2.1 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Занятия проводятся как в спортивном зале, так и на спортивной площадке, где имеется спортивное оборудование: мячи (баскетбольные, футбольные, резиновые мячи разных размеров), обручи, скакалки, баскетбольная стойка, мешочки для метания, корригирующие дорожки кольцебросы, ракетки для игры в бадминтон, гимнастические палки, гимнастические скамейки, кегли, на спортивной площадке есть футбольные ворота.

Ноутбук, проектор, музыкальная колонка.

Учебно-методическое и информационное обеспечение: Федеральная образовательная программа дошкольного образования (ФОП ДО) Приказ министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г. № 2028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования», книги из серии «Физкультура и спорт», «Чемпионы Олимпийских игр», наборы иллюстраций по спортивному оборудованию и др.

2.2. Оценочные материалы и формы аттестации

Оценочные материалы. Для оценивания работы используются методические рекомендации по планированию и реализации образовательной деятельности дошкольной образовательной организации в соответствии с ФОП ДО (педагогическая диагностика).

Оценка и анализ работы за определенное время (июнь, июль, август) помогает педагогу выявить положительные и отрицательные результаты в работе, оценить себя и возможности детей.

При оценке и анализе двигательной активности детей учитывается возраст ребенка, его способности, достижения за конкретный промежуток времени.

В процессе формирования основ физической культуры ребенок:

- приобретает определенную систему знаний о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности;
- овладевает представлениями о здоровье и факторах на него влияющих, о средствах его укрепления;
- определяет свою социальную роль;
- имеет элементарные представления о разных видах спорта;
- имеет представления об особенностях народных игр;
- обогащает словарный запас, развивает память, мышление, воображение;
- приобретает партнёрское взаимоотношение в команде;
- учится рационально использовать навыки в самостоятельной деятельности;

- развивает самостоятельность, творчество, инициативность.

Формы аттестации.

Входной контроль. Педагогический контроль знаний, умений и навыков воспитанников осуществляется в несколько этапов и предусматривает несколько уровней.

Текущий контроль – оценка знаний и качества освоения тем, программы и личностных качеств обучающихся (осуществляется на занятиях в течение всего периода реализации программы).

Промежуточный контроль.

Тестовый контроль, представляющий собой проверку репродуктивного уровня усвоения теоретических знаний с использованием карточек-заданий по темам изучаемого курса.

- Фронтальная и индивидуальная беседа.
- Выполнение дифференцированных практических заданий различных уровней сложности.
- Решение ситуационных задач, направленное на проверку умений использовать приобретенные знания на практике.
- Игровые формы контроля.

Промежуточный контроль предусматривает участие в квестах, соревнованиях олимпиадах физкультурной и спортивной направленности разного уровня.

Итоговый контроль

Итоговый контроль проводится по сумме показателей за всё время обучения по дополнительной программе, а также предусматривает выполнение комплексной работы, включающей выполнение задания по единой предложенной схеме.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- конечным результатом выполнения программы является:
- оформление выставочного фото стенда в ДОУ;
- серия проектов по теме «Кто со спортом дружит – тому врач не нужен», которые будут представлены в форме презентации на педсоветах, родительских собраниях, семинарах;

2.3. Методические материалы

При **разработке** программы учитывались основные общепедагогические принципы, что предполагает использование в **работе** с детьми современных технологий, таких, как проектирование, информационно-коммуникативные технологии, которые позволяют сформировать у детей устойчивый интерес к постоянному пополнению своего интеллектуального багажа и совершенствованию нравственных чувств.

Эффективность использования ИКТ на занятиях происходит за счет наглядности.

Использование программы Power Point приводит к ряду положительных эффектов:

- обогащает занятие эмоциональной окрашенностью;
- психологически облегчает процесс усвоения;
- возбуждает живой интерес к предмету познания;
- возрастает уровень использования наглядных пособий на занятиях;
- повышает качество выполнения упражнений.

Методы, приёмы: немаловажными в работе с детьми являются используемые методы воспитания, методы стимулирования и мотивации:

- создание ситуации успеха помогает ребенку снять чувство неуверенности, боязни приступить к сложному заданию.

- Совместные с педагогом, индивидуальные, коллективные игры развивают наблюдательность, ответственность.

- Чтение художественной литературы развивает способность к сопереживанию,

Методы практического обучения: упражнения устные, двигательные, трудовые, технические и творческие действия.

- Методы эстетического восприятия, поддержки эмоциональной активности: пробуждение к самостоятельной деятельности, поощрение и др.;

Методы проблемного обучения:

- проблемная ситуация;
- диалогическое проблемное изложение;
- метод неоднозначной ситуации
- прогнозирование;
- метод интеллектуального штурма;

- метод проектов, он позволяет не только сформировать представления о спорте, но и способствует развитию, целеустремленности, настойчивости.

- Встречи с интересными людьми формируют представления о людях, проживающих городе, формирует чувство гордости за него.

- Создание развивающей предметно-пространственной среды в ДОУ.

При планировании образовательного процесса предусматриваются различные формы обучения:

- практические занятия (направлены на отработку умений выполнения различных видов деятельности).

- Спартакиады;
- фотовыставки.

2.4. Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса	3 месяца
Продолжительность учебного периода,	36

неделя		
Количество учебных дней		36
Продолжительность учебных периодов	Июнь	02..06.2025 – 31.08.2025г. 30.12.2024
Возраст детей		5-7
Продолжительность занятия, час		1
Режим занятия		3 раз в неделю

2.5. Календарный план

Тема	Содержание
Июнь	
Что мы знаем о спорте?»	Квест – игра
Сказочные эстафеты	Спортивное развлечение
День мяча	Физкультурное развлечение
Июль	
Я, ты, он, она – вместе дружная семья	Спартакиада
Богатырские потехи	Физкультурно-спортивное развлечение
Петрушкины загадки	Квест – игра
Путешествие в страну Игралию	Игра-путешествие
Август	
Долина весёлых движений	Игровое представление
Быстрые, ловкие, смелые	Игры-эстафеты
Шашечный турнир	Спортивный праздник

Список используемой литературы

1. Терёхина Р.Н., Медведева Е.Н. Программа раннего физического развития детей дошкольного возраста – М.: ООО «Издательство «ВАРСОН», 2022. – 40 с.
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат для детей 5 – 7 лет. _ М.: ТЦ Сфера, 2013. – 64 с.
3. Борисова М.М. Подвижные игры и игровые упражнения. М.: Мозика-Синтез, 2021. – 48 с.
4. Рунова М.А. Движение день за днем. М., Линка-пресс 2007. – 96 с.
5. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. М.: Мозаика-синтез, 2021. – 112 с.

6.Чеменева А.А., Мельникова А.Ф., Волкова В.С. парциальная программа «Весёлый рюкзачок». М.: ООО «Русское слов – учебник», 2019. – 80 с. (ФГОС ДО. ПМК «Мозаичный парк»).