


Департамент по образованию администрации Волгограда  
муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 330 Красноармейского района Волгограда»  
адрес: 400096, Волгоград, пр - кт им. Столетова, 48б  
Телефон: 65-52-35, 65-52-36. E-mail:sad330@mail.ru  
ИНН № 3448017355, КПП № 344801001, ОГРН № 1023404359417

---

  
**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующий МОУ Детский сад №330  
Качуровская Е.В.  
Приказ № 01-09/ 61- ОД от  
«31» августа 2020 г.

Рекомендовано к реализации  
Педагогическим советом  
Протокол № 1  
«31» августа 2020 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
«Крепыши»  
/физическое развитие/**

**Возраст детей: с 6 лет до прекращения образовательных отношений  
Объем программы: 36 ч.**

**Модифицирована Нагина С.А.,  
воспитатель**



## Содержание

1.	Пояснительная записка.....	2
2.	Актуальность программы.....	2
3.	Цели и задачи.....	4
4.	Принципы и методы организации занятий.....	7
5.	Ожидаемые результаты.....	8
6.	Методическое обеспечение.....	9
7.	Учебно-тематическое планирование(Приложение)	

# 1. Пояснительная записка

Основной путь приобщения детей седьмого года жизни к физической культуре состоит в создании педагогически целесообразных условий. Решение задач физического развития осуществляется в организованных педагогом видах деятельности – развивающих и образовательных ситуациях, досугах, праздниках, в процессе выполнения детских проектов, а также и свободной самостоятельной двигательной деятельности в условиях предметно-пространственной среды в специально организованных физкультурных уголках, физкультурных залах, на спортивных и групповых площадках. Позиции воспитателя предлагает взаимодействие и сотрудничество с ребенком, которое ориентировано на развитие его познавательной активности, любознательности, инициативности, удовлетворение потребности в двигательной активности, учет индивидуальных особенностей физической подготовленности детей, формирование у них потребности в физическом совершенствовании.

## 2.Актуальность программы

Среди многих факторов (социально-экономических, демографических, культурных и др.), которые оказывают влияние на состояние здоровья детей, по интенсивности воздействия физическое воспитание занимает особое место. Ведь чем активнее вовлечение ребёнка в мир движений, тем богаче и интереснее его физическое и умственное развитие, крепче здоровье. Движения необходимы ребёнку, так как они способствуют совершенствованию его физиологических систем и, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма. Но в условиях возрастания объёма учебно-познавательной деятельности двигательная активность стала занимать более чем скромное место в жизни современного ребёнка-дошкольника. Он всё больше времени проводит за компьютерными играми, просмотром телепередач. На фоне прогрессирующей гиподинамии актуальной стала задача формирования у детей интереса к движению, физической культуре и спорту. Работа кружка имеет профилактически-развивающую направленность. Планирование построено на основе целостного подхода к личности ребёнка, принципа единства и гармоничного развития всех сфер его жизнедеятельности, с учётом естественной

динамики развития ребёнка с основным акцентом на развитие его психомоторной функции.

Планирование физкультурных занятий для детей 6-7 лет составлено с учетом уровня физической подготовленности и состояния здоровья дошкольников. На протяжении всех занятий решаются 3 группы задач: оздоровительные, воспитательные, образовательные.

### **3.Цели и задачи**

**За основу была взята программа Л.Д. Глазыриной «Физическая культура- дошкольникам» .**

*Цель программы* – оптимально реализовать оздоровительное, воспитательное и образовательное направления физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности развития ребенка во все периоды дошкольного детства.

Отличительной особенностью программы является своеобразие ее структуры. Содержание материала разбивается не по возрастным группам, а в соответствии со средствами физического воспитания – массаж, закаливание, физические упражнения.

### **Цели:**

- создание условий для укрепления физического и психического здоровья детей, улучшения их двигательного

статуса, формирования морально-этических качеств личности через двигательно-игровую деятельность.

- Оздоровительная направленность упражнений, заложенная в чередовании основных двигательных режимов, должна обеспечить максимум эффективности формирования способностей детей, а значит, и основы здоровья.
- Обучающий аспект, развивать у детей двигательные качества, необходимые в данном движении ( сила, координация, равновесие, точность, гибкость, быстрота, выносливость).
- Пополнение знаний о поведении в быту и на улице, о значении режима дня, о пользе гигиенических процедур для здоровья.
- Профилактика простудных заболеваний и травматизма.
- Приобщение детей к нормам здорового образа жизни.

## **Задачи:**

- совершенствование опорно-двигательного аппарата;
- Развитие мышления, воображения;
- Воспитание положительных моральных качеств и дружеских взаимоотношений;
- Развитие координации, равновесия;
- Развитие мелкой моторики;
- Снятие психомоторного напряжения;



► Развитие эмоциональной сферы, навыков общения

посредством использования образов, моделирования эмоций

создание положительного эмоционального настроения.

#### 4. Принципы и методы организации занятий

Основными методами и принципами организации занятий

являются следующие:

- Привлечение внимания ребенка к физическим упражнениям;
- Рассмотрение физкультурных пособий, выделение их свойств и выполнение движений с ними в соответствии с этими свойствами;
- Развитие физических качеств с помощью равномерного, посменного, игрового, соревновательного методов;
- Дидактические игры, беседы, чтение детской художественной литературы, рассмотрение картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных физических упражнениях.



## 5. Ожидаемые результаты

### Планируемые результаты в работе по программе кружка «Крепыши»:

- Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат;
- В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость;
- Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям.
- Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений;
- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку.

### В конце учебного года по курсу кружка предполагаются следующие ожидаемые результаты:

- Формируются представления и умения в спортивных играх и упражнениях;
- Постепенно учатся анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей;
- Проявляется творчество у детей в двигательной деятельности;
- Появляются у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
- Более развиты у детей физические качества: общая выносливость, быстрота, сила, координация, гибкость;
- Сокращение простудных заболеваний;
- Расширены знания детей о нормах здорового образа жизни.

## 6. Методическое обеспечение:

1. Л.Д.Глазырина «Физическая культура-дошкольникам» (Программа. Владос, 2004)
2. Л.Д.Глазырина «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста» (Владос, 2000)
3. И.В.Ганичева «Телесно-ориентированные подходы к психокоррекционной и развивающей работе с детьми» (Книголюб, 2004)
4. В.И.Логинова, Г.И.Бабаева «Детство». Программа развития и воспитания детей в детском саду- (3-е изд. переработанное, детство пресс, 2008)
5. Методические советы к программе «Детство» (Детство-Пресс, 2002)
6. Н.Б.Муллаева « Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для школьников» (Детство-Пресс, 2010)
7. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений» (Владос, 2003)