муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 4

Принято на заседании
педагогического совета
протокол № 4
от 26.06.2023

Заведующий
_____Е.В. Илларионова
Приказ по ДОУ
№ 30 У от 30.06.2023

Илларионова
Елена Викторовна

Подписано цифровой подписью: Илларионова Елена Викторовна
DN: c=RU, st=Ростовская область, l=Новочеркасск,
title=Заведующий, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №
4, 1.2.643.100.3=120B303239373539333635303 6,
1.2.643.3.131.1.1=120C363135303035333032333939, email=vika-
kisena@mail.ru, givenName=Елена Викторовна, sn=Илларионова,
cn=Илларионова Елена Викторовна
Дата: 2024.01.11 15:36:34 +03'00'

Рабочая программа
кружка дополнительного образования
«Спортивный калейдоскоп»
для детей дошкольного возраста
(4-5 лет)

Разработала:
Козлова Е.Н.
воспитатель

г. Новочеркасск

2023

Актуальность

Подвижные игры - одно из основных средств физического воспитания детей среднего дошкольного возраста. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них – это, прежде всего, двигаться, действовать. В игровой деятельности детей объективно сочетаются два очень важных фактора: с одной стороны, дети включаются в практическую деятельность, развиваются физически, привыкают самостоятельно действовать; с другой стороны — получают моральное и эстетическое удовлетворение от этой деятельности, углубляют познания окружающей их среды. Все это, в конечном итоге, способствует воспитанию личности в целом. Почти в каждой подвижной игре присутствует бег, прыжки, метания, упражнения на равновесие и т. д. В играх воспитываются основные физические качества ребенка, такие как сила, быстрота, ловкость, выносливость и совершенствуются разнообразнейшие двигательные умения и навыки. Таким образом, игра — одно из комплексных средств воспитания: она направлена на всестороннюю физическую подготовленность (через непосредственное овладение основами движения и сложных действий в изменяющихся условиях коллективной деятельности), совершенствование функций организма, черт характера играющих.

Цель: Создание условий для укрепления физического здоровья дошкольников посредством использования двигательных форм активности ребенка.

Задачи:

1. Развивать у детей физические качества: силу, быстроту, гибкость, выносливость, координацию, ловкость, меткость.

2. Способствовать правильному формированию опорно-двигательной системы.

3. Развивать крупную и мелкую моторику.

4. Научить правильному выполнению основных видов движений (ходьбе, бегу, мягким прыжкам, поворотам в обе стороны).

5. Познакомить с некоторыми видами спорта.

6. Научить подвижным играм с правилами.

7. Сформировать потребность в двигательной активности.

8. Дать начальные представления о нормах и правилах здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

9. Учить самостоятельно общаться и взаимодействовать с детьми и взрослыми.

10. Воспитывать нравственные качества: чувство товарищества, отзывчивость, доброжелательность, взаимопомощь, честность, сотрудничество и др.

Циклограмма работы кружка «Спортивный калейдоскоп»

Месяц	Кол-во часов за месяц	Длительность занятия, в мин.	Кол-во занятий в месяц
октябрь	8 часов	30	7
ноябрь	8 часов	30	8
декабрь	7 часов	30	8
январь	6 часов	30	6
февраль	8 часов	30	8
март	8 часов	30	8
апрель	8 часов	30	8
май	7 часов	30	7
Итого:	60 часов		

Структура занятия:

Занятие проводится в игровой форме и включает в себя:

1. Пальчиковую гимнастику (цель: развитие мелкой моторики, координация движений пальцев и укрепление костно-мышечного аппарата кисти);

2. Игровые упражнения (цель: развитие физических качеств, таких как, сила, быстрота, гибкость, выносливость, координация, ловкость, меткость; совершенствование двигательных умений и навыков);

3. Подвижные игры (цель: совершенствование физического развития и двигательной сферы, стимулирование умственного развития, накопление эмоционального и волевого опыта, овладение сложными действиями в изменяющихся условиях коллективной деятельности, умение действовать по правилам);

4. Игры малой подвижности (цель: снижение физической нагрузки, т. е. постепенный переход от возбуждённого состояния к спокойному; развитие памяти, сообразительности, наблюдательности, координации движений и быстроты реакции, ориентировки в пространстве и двигательных умений, создание хорошего настроения

Перспективный план работы кружка

№ занятия	Дата занятия	Содержание занятия
1 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Апельсин» 2. Подвижная игра «Курочка с цыплятами» 3. Игровое упражнение «Прокатывание мяча» 4. Игра малой подвижности «Ты катись, веселый мячик»
2 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
3 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Апельсин» 2. Игровое упражнение «Зайчики лезут в норку» 3. Игра малой подвижности «Зайчик серенький» 4. Подвижная игра «Зайки в огороде»
4 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия

5 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Осень» 2. Подвижная игра «Курочка с цыплятами» 3. Игровое упражнение «Прокатывание мяча» 4. Игра малой подвижности «Ты катись, веселый мячик»
6 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
7 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Осень» 2. Игровое упражнение «Зайчики лезут в норку» 3. Игра малой подвижности «Зайчик серенький» 4. Подвижная игра «Зайки в огороде»
8 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
9 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Осень» 2. Игровое упражнение «Найди свой домик» 3. Подвижная игра «Лесные жучки» 4. Игра малой подвижности «Ровным кругом»
10 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
11 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Осень» 2. Подвижная игра «Кот и мыши» 3. Игровое упражнение «По мостику» 4. Игра малой подвижности «Пузырь»
12 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
13 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Ягоды» 2. Подвижная игра «Поезд» 3. Игровое упражнение «Пройди по дорожке» 4. Игра малой подвижности «Бубен»

14 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
15 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Ягоды» 2. Подвижная игра «Самолеты» 3. Игровое упражнение «Кто дальше прокатит?» 4. Подвижная игра «Цирковые лошадки»
16 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
17 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Ягоды» 2. Игровое упражнение «Мячик» 3. Игровое упражнение «Прокати мячик» 4. Игра малой подвижности «Ко- ко-ко»
18 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
19 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Ягоды» 2. Подвижная игра «Птички в гнездышках» (с обручами) 3. Игровое упражнение «Пройди по мостику» 4. Подвижная игра «Быстрые жучки»
20 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
21 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Зимние забавы» 2. Подвижная игра «Поезд» 3. Игровое упражнение «Пройди по дорожке» 4. Игра малой подвижности «Высоко-низко»
22 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия

23 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Зимние забавы» 2. Подвижная игра «Самолеты» 3. Игровое упражнение «Мой веселый звонкий мяч» 4. Подвижная игра «Воробушки»
24 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
25 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Зимние забавы» 2. Игровое упражнение «Мячик, сбей кеглю» 3. Игровое упражнение «Пролезь к зайке в норку» 4. Игра малой подвижности «Летает-не летает»
26 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
27 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Зимние забавы» 2. Подвижная игра «Птички в гнездышках» (с обручами) 3. Игровое упражнение «Через ручеек» 4. Игра малой подвижности «День и ночь»
28 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
29 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Семья» 2. Игровое упражнение «Найди свой домик»

		3. Подвижная игра «У медведя во бору» 4. Игра малой подвижности «По ровненькой дорожке»
30 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия

31 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Семья» 2. Игра малой подвижности «Зайка серенький сидит» 3. Подвижная игра «Ловкие зайчата» 4. Игра малой подвижности «Найдем зайчонка»
32 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
33 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Семья» 2. Игра малой подвижности «Летает-не летает» 3. Игровое упражнение «Из обруча в обруч» 4. Подвижная игра «Огуречик, огуречик» 5. Игровое упражнение «Подлезь под воротца»
34 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
35 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Семья» 2. Подвижная игра «Игра с собачкой» 3. Игровое упражнение «По мостику» 4. Игровое упражнение «Залезь к мышке в норку» 5. Игровое упражнение «Поймай снежинку»
36 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия

37 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Сорока» 2. Игровое упражнение «Через болото» 3. Игровое упражнение «Сбей кеглю» 4. Подвижная игра «Быстрые жуки» 5. Игра малой подвижности «Шарик»
38 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
39 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Сорока» 2. Игра малой подвижности «Зайка серенький» 3. Подвижная игра «Зайки в огороде» 4. Игровое упражнение «Мячик» 5. Игра малой подвижности «Ровным кругом»
40 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
41 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Сорока» 2. Подвижная игра «Поезд» 3. Игровое упражнение «Пролезь в норку» 4. Подвижная игра «Мыши и кот» 5. Игра малой подвижности «Съедобное- не съедобное»
42 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
43 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Сорока»

		2. Подвижная игра «Игра с собачкой» 3. Игровое упражнение «Найди свой цвет» 4. Игровое упражнение «Слушай сигнал» 5. Игра малой подвижности «Найди собачку»
44 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия

45 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Пальчик-мальчик» 2. Игра малой подвижности «Ко-ко-ко» 3. Подвижная игра «Лошадки» 4. Игровое упражнение «Мы по мостику идем» 5. Игра малой подвижности «Сова»
46 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
47 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Пальчик-мальчик» 2. Игровое упражнение «Перебрось мяч» 3. «Игровое упражнение «Прокати мяч» 4. Игровое упражнение «Мячик» 5. Игра малой подвижности «Найдем мячик»
48 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
49 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик» 2. Игровое упражнение «Слушай сигнал» 3. Игровое упражнение «Через шнур» 4. Подвижная игра «У медведя во бору» 5. Игра малой подвижности «Курочка»
50занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
51 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик» 2. Игровое упражнение «Поймай комара» 3. Подвижная игра «Мы засадим огород » 4. Игра малой подвижности «Рыболов» 5. Игровое упражнение «Выше –ниже»
52 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия

53 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Мы делили апельсин» 2. Подвижная игра «У медведя во бору» 3. Игровое упражнение «Пролезь в норку» 4. Игра малой подвижности «Поймай бабочку» 5. Игра малой подвижности «Ко-ко-ко»
54 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
55 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Апельсин» 2. Подвижная игра «День и ночь» 3. Игровое упражнение «Мячик» 4. Подвижная игра «Кот и мыши» 5. Игра малой подвижности «Зайчик серенький сидит»
56 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия

57 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Апельсин» 2. Игровое упражнение «Через болото» 3. Игровое упражнение «Кто дальше прокатит?» 4. Подвижная игра «Кот и мыши» 5. Игра малой подвижности «Летает- не летает»»
58занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия
59 занятие		1. Пальчиковая гимнастика «Апельсин» 2. Подвижная игра «У медведя во бору» 3. Игровое упражнение «Из обруча в обруч» 4. Игровое упражнение «Пролезь в норку» 5. Игра малой подвижности «Ты катись, веселый мячик»»
60 занятие		Повторение и закрепление предыдущего занятия

Всего: 60 занятий по 30 минут

Ожидаемый результат:

Активное развитие у детей крупной и мелкой моторики, физических качеств, двигательных навыков, укрепление здоровья, умение контролировать свои движения и управлять ими, овладение сложными действиями в изменяющихся условиях коллективной деятельности, развитие потребности в физической активности, умение играть в разнообразные подвижные игры по правилам.

Список используемой литературы:

1) АфонькинаЮ.А. Организация деятельности Центра игровой поддержки ребенка раннего возраста: конспекты игровых дней Ю.А. Афонькина, Е.М. Омельченко. Волгоград: Учитель, 2012 г. 205с

2) Новинковская О.А. Ум на кончиках пальцев: маленькие подсказки для родителей – Изд. 2е допол. – М.: АСТ; СПб.: Сова, 2006 г. – 158с.

3) Светлова Е.И. Развиваем мелкую моторику и координацию движений рук – М.: Эксмо, 2007 г. – 72с.

4) Сенкевич Е.А., Болышева Т.В. Физкультура для малышей. Методическое пособие для воспитателей – СПб.: «Детство – пресс», 2005 г. – 48с.

5) Сочеванова Е.А. подвижные игры с бегом для детей:методическое пособие для педагогов ДОУ – СПб.: Детство – Пресс, 2009г. – 48с.

6) Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет конспекты нетрадиционных занятий и развлечений в спортивном зале: пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре – М.: издательство ГЕОМ и Д 2003г. – 104с.

7) ЩебекоВ.Н. Физкультурные праздники в детском саду: Творчество и двигательная деятельность дошкольников: кн. для воспитателей дет.сада / В.Н. Щебеко, Н.Н. Ермак - 2е изд. – М.: Просвещение, 2001 г. 93с