

Администрация Анивского муниципального округа Сахалинской области
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 6 «Радуга» с. Троицкое»

Принята
на педагогическом совете
протокол № 2 от 24.01.2025 г.

Утверждаю
приказом МБДОУ № 6 «Радуга» с.
Троицкое № 19 - от от 24.01.2025 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
«Юные спортсмены»
(рекомендована для детей 4 - 5 лет)
срок реализации: 2 месяца
направленность: физкультурно-спортивной**

Разработчик программы
педагог дополнительного образования
Лучко Сергей Алексеевич

с. Троицкое, 2025 год

Оглавление

Комплекс основных характеристик	
Ошибка! Закладка не определена.	
Учебный план (Содержание учебной программы)	4
Планируемые результаты	5
Комплекс организационно-педагогических условий	5
Список литературы	7
Диагностика физической подготовленности детей	8

1. Комплекс основных характеристик

Пояснительная записка

Современная физкультурно-спортивная работа – это постоянное движение вперед, пополнение арсенала используемых средств и методов тренировки. Основным средством, как и раньше, являются физические упражнения, вспомогательными – различные приспособления, которые помогают разнообразить эти упражнения и сделать их более интересными и занимательными. Данная программа включает в себя обязательный минимум информации, позволяющий существенно расширить знания, умения и навыки в области физической культуры в процессе сотрудничества педагога и ребенка. Процесс формирования физической культуры особенно важен для детей 4-5 лет, т.к. этот период характеризуется активной познавательной деятельностью, интенсивным развитием интеллектуальной, эмоциональной сферы, становлением самосознания, освоением общечеловеческих ценностей.

Актуальность: В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является на данный момент самой актуальной. Достичь необходимого уровня интеллектуально-познавательного развития может только здоровый ребенок, поэтому необходимо формирование мотивации к занятиям физическими упражнениями, в том числе к занятиям по физической культуре. Одним из таких путей являются дополнительные занятия по физической культуре – «название».

Программа «Юный спортсмен» - это различные виды спорта, которые способствуют укреплению опорно-двигательного аппарата содействующие оздоровлению различных функций и систем организма. Практическая значимость программы состоит в систематическом применении продолжительных, умеренных по интенсивности упражнений с регулируемой физической нагрузкой, способствующих укреплению здоровья.

Дополнительные занятия по физической культуре ориентированы на то, чтобы заложить у детей стремление к здоровому образу жизни и самосовершенствованию. Движение в этом направлении сделает физическую культуру средством непрерывного совершенствования личности.

Дети регулярно получают необходимые теоретические сведения, которые формируют у них сознательное отношение к тому, чем они занимаются, а также к самому себе, своему телу и своему здоровью. На каждом занятии решаются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Для успешной реализации программы анализируются и подбираются те упражнения, которые необходимы для решения задач.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Уровень – стартовый.

Адресат программы – дети 4 - 5 лет.

Формы и методы обучения – очное.

Объем и сроки и объем реализации. Продолжительность реализации программы – 2 месяца Количество обучающихся в подгруппе 10-12 человек. Объем учебных часов – 17 часов.

Цель: воспитание потребности и интереса к занятиям физической культурой и спортом посредством игры «Бадминтон».

Задачи программы:

Обучающие:

- познакомить детей со спортивной игрой «Бадминтон», ее основными правилами и понятиями;
- обучить первоначальным навыкам игры;
- дать знания о правилах техники безопасности в игре;
- научить строить простейшие фигуры;
- формировать у обучающихся потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

Развивающие:

- развивать физические качества: координацию, ловкость, быстроту, равновесие, глазомер, точность движений;
- обогатить двигательный опыт детей (овладение основными движениями);
- активизировать внимание;
- вызвать интерес к русской народной игре.

Воспитательные:

- воспитывать интерес к русским народным подвижным играм;
- воспитывать честность, чувство коллективизма, товарищества;
- воспитывать умение слушать и слышать рекомендации педагога;
- формировать потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями

Учебный план

№	Разделы программы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное. Диагностическое	2	1	1	Диагностика, эстафета
2	Блок «Бадминтон» Тема: Обучение технике «Хват ракетки», «Жонглирование»	2	0.5	1.5	Игры-эстафеты
3	Тема: «Набивание волана» открытой и закрытой стороной ракетки	3	0.5	2.5	Игры-эстафеты

	Тема: Обучение технике «передача и приём волана»	3	0.5	2.5	Игры-эстафеты
	Блок «Легкая атлетика» Тема: «Бег» - обучение технике СБУ (специально-беговых упражнений)	3	0.5	2.5	Игры-эстафеты
	Тема: «Прыжки» - обучение подготовке к прыжкам	2	0.5	1.5	
	Тема: «Метание» - обучение технике метания	2	0.5	1.5	Игры-эстафеты

Общее количество часов: 17

Планируемые результаты освоения программы

Метапредметные:

- сформированы технические и тактические навыки и умения;
- знание и соблюдение правила техники безопасности;
- формирование у занимающихся интереса и любви к занятиям физической культурой;
- дети усердно занимаются на занятиях, мотивированы к победам;

Личностные:

- физическое и нравственное воспитание;
- у детей сформированы чувства лидерства, инициатива, чувство товарищества, взаимопомощи;
- у детей сформированы коммуникативные качества;

Предметные:

- у воспитанников происходит гармоничное развитие мышечной силы, гибкости, быстроты, выносливости;
- развиты координационные способности, функции равновесия, вестибулярной устойчивости;
- работоспособность детского организма, занимающегося спортом увеличены;
- сформированы основные двигательные навыки;

2. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во часов	Режим занятий
2025	03.06.2025	31.07.2025	9	17	17	2 раза в неделю по 20-25 минут

Условия реализации программы:

Методическое обеспечение

- сборники подвижных игр;
- картотека ОРУ;
- карточки (виды спорта, знаменитые спортсмены)
- сборник упражнений с мячом

Кадровое обеспечение

Реализацию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юные чемпионы» проводит педагог дополнительного образования, имеющий среднее педагогическое образование и прошедший курсы повышения квалификации по физкультурно-спортивному направлению деятельности и соответствующий профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

Материально-технические средства: площадка на открытом воздухе; площадка в физкультурном зале; бадминтонная площадка для одиночной и парной игры, бадминтонная сетка и стойки, ракетки, воланы, фишки, конусы, эстафетные палочки.

Учебно-демонстрационное оборудование: карточки - фигуры, плакаты-растяжки с изображением фигур, фотоколлаж об истории городского спорта, проектор и принадлежности к нему, видео материалы соревнований.

Формы контроля:

- Индивидуальный контроль.
- Групповой контроль.
- Фронтальный контроль.
- Комбинированный.

Система оценки достижения планируемых результатов:

Комплексный контроль за уровнем подготовленности обучающихся играет большую роль в работе педагога дополнительного образования. При этом выявляется полнота и глубина сведений по теоретической подготовке, двигательных действий в объеме изучаемых требований, уровень развития физических и технических способностей, результат улучшения личных показателей.

Индивидуальные достижения обучающихся фиксируются. В ходе обучения педагоги проводят самостоятельные работы, результаты которых доводят до сведения родителей. Контроль за выполнением дополнительной программы проводится собеседования, контрольных заданий, игр, соревнований. Мониторинг проводится дважды в начале дополнительной программы и в конце- диагностика уровня подготовленности.

Список литературы:

1. Книга тренера по бадминтону. Теория и практика. В.П. Помыткин. –

ОАО «Первая Образцовая типография», филиал «УЛЬЯНОВСКИЙ ДОМ ПЕЧАТИ»

2. С.А. Локтев. Легкая атлетика в детском и подростковом возрасте. Практическое руководство для тренера «Советский спорт» Москва, 2007.
3. М.А. Рунова. Двигательная активность ребёнка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. – М.: Мозаика-Синтез, 2000.

1. Диагностика физической подготовленности детей, посещающих кружок «Юные чемпионы»

[illegible]