

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 4»
(СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ, НАХОДЯЩЕЕСЯ ПО АДРЕСУ: 174409, НОВГОРОДСКАЯ
ОБЛАСТЬ, ГОРОД БОРОВИЧИ, ШКОЛЬНЫЙ БУЛЬВАР, Д. 8)

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол от 31.08.2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора МАОУ СОШ № 4
от 31.08.2023 г. № 171 - Од

«Попрыгун»

Дополнительная общеразвивающая программа

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень: ознакомительный

Возраст обучающихся: младший дошкольный

Срок реализации: 1 год (30 часов)

Автор-составитель:
Каташинская С.В., педагог
дополнительного образования

г. Боровичи,
2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	3
Учебный (тематический) план	6
Содержание программы	9
Формы аттестации и оценочные материалы	13
Организационно – педагогические условия реализации программы	13
Календарный учебный график	15

Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеразвивающей программы Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 4» «Попрыгун» - физкультурно - спортивная. Программа ознакомительного уровня.

Данная программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ

- Концепцией развития дополнительного образования детей от 4.09.2014 г. №1726-р

- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательной организации дополнительного образования СанПин 2.4.43172-14, утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г №41.

С учетом Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

Главной целью физического воспитания в ДОУ является удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, достижение оптимального уровня здоровья и всестороннего двигательного развития. А достижение этой цели невозможно без постоянного поиска новых эффективных и разнообразных форм физкультурно-оздоровительной работы.

Новизна программы заключается в подборе таких упражнений и игр, которые удовлетворяют естественную биологическую потребность детей в движении, направлены на достижение оптимального уровня здоровья и всестороннего двигательного развития.

Актуальность данной программы заключается в воспитании физически и психически здорового человека. Игровая деятельность вызывает активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, о физических качествах своего тела, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. Во время игровой деятельности ребенок акцентирует свое внимание на движение своего тела, что и как работает, от чего это происходит и зависит.

Педагогическая целесообразность программы «Попрыгун» заключается в том, что дети знакомятся с новыми движениями, развиваются физические качества, координационные способности, обучающиеся учатся слушать музыку, выполнять в соответствии с текстом и мелодией различные упражнения, учатся произвольно расслаблять мышцы.

Цель программы – способствовать развитию двигательной активности детей младшего дошкольного возраста через организацию подвижных игр.

Задачи программы:

- удовлетворение потребности детского организма в движениях;
- формировать физических качеств – гибкость, сила, выносливость, координационные способности;
- формирование устойчивого интереса к играм, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- воспитание положительных морально-волевых качеств.

Срок реализации, продолжительность образовательного процесса

Программа рассчитана на 10 месяцев обучения.

Общая продолжительность обучения составляет 30 часов.

Возраст обучающихся: младший дошкольный возраст.

Количество обучающихся в группе устанавливается в соответствии с Положением о количестве обучающихся в объединении, их возрастной категории, а также продолжительности учебных занятий в объединении Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная

школа № 4». Процесс обучения предполагает применение различных форм (фронтальная, групповая) организации обучения.

Формы проведения занятий: специально организованные фронтальные занятия; самостоятельная деятельность детей; игры.

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 15 минут.

Ожидаемый результат реализации программы

У детей должны сформироваться следующие интегративные качества: любознательность, активность, эмоциональная отзывчивость, умение управлять своим поведением.

Дети должны уметь самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, их преобразовывать, придумывать свои игры на заданный сюжет; дети должны уметь проявлять самостоятельность и творчество в двигательной активности; исполнять несложные ритмические танцы под музыку.

Формы подведения итогов реализации программы.

Для отслеживания динамики освоения общеразвивающей программы осуществляется промежуточная и итоговая диагностика.

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия и направлен на закрепление теоретического материала по изучаемой теме и на формирование практических умений.

Итоговая диагностика проводится в конце обучения при предъявлении ребенком (в доступной ему форме) результата обучения, предусмотренного программой.

Форма контроля – открытое занятие.

По данной общеразвивающей программе могут заниматься дети с ОВЗ без создания дополнительных специальных условий.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
	Всего	Теория	Практика	
Тема 1. «Догони мяч», «Солнышко и дождик».	1	0,2	0,8	Беседа, игра, игровая ситуация, наблюдение за ребёнком, итоговое занятие,
Тема 2. «По ровненькой дорожке», «Поезд»	1	0,2	0,8	
Тема 3. «Солнышко и дождик», «Найди свой домик»	1	0,2	0,8	
Тема 4. «Бегите ко мне», «Наседка и цыплята»	1	0,2	0,8	
Тема 5. «Не боимся мы кота», «Обойди прыжками»	1	0,2	0,8	
Тема 6. «Докати мяч», «Птички и кошка»	1	0,2	0,8	
Тема 7. «Схвати змею за хвост», «Поймай комара»	1	0,2	0,8	
Тема 8. «Самолёты», «Прыгуны»	1	0,2	0,8	
Тема 9. «Кто дальше бросит», «Карусель»	1	0,2	0,8	
Тема 10. «Весёлые пингвины», «Снежинки и ветер»	1	0,2	0,8	
Тема 11. «Лошадки», «Где звенит колокольчик?»	1	0,2	0,8	
Тема 12. «У медведя во бору», «Угадай кто кричит»	1	0,2	0,8	

Тема 13. «Найди свой домик», «Поймай снежинку»	1	0,2	0,8	
Тема 14. «По кочкам через болото», «Птички в гнёздышках»	1	0,2	0,8	
Тема 15. «Кто дальше бросит», «Карусель»	1	0,2	0,8	
Тема 16. «Где спрятано», «Попади в цель»	1	0,2	0,8	
Тема 17. «Наседка и цыплята», «Воробышки и автомобиль»	1	0,2	0,8	
Тема 18. «Прокати мяч и догони его», «Прыжки из обруча в обруч», «Найди свой домик»	1	0,2	0,8	
Тема 19. «Поезд», «Жуки», «Котята»	1	0,2	0,8	
Тема 20. «Кролики», «Найди свой домик», «Игра с мячом»	1	0,2	0,8	
Тема 21. «Наседка и цыплята», «Кролики»	1	0,2	0,8	
Тема 22. «Поймай цветок», «Найди свой цвет»	1	0,2	0,8	
Тема 23. «Лягушки», «Добеги до кегли»	1	0,2	0,8	
Тема 24. «Трамвай», «Птички и птенчики»	1	0,2	0,8	
Тема 25. «Воробышки и автомобиль», «По ровненькой дорожке»	1	0,2	0,8	

Тема 26. «Найди свой цвет», «Трамвай»	1	0,2	0,8	
Тема 27. «Наседка и цыплята», «Схвати змею за хвост»	1	0,2	0,8	
Тема 28. «Догони мяч», «Солнышко и дождик».	1	0,2	0,8	
Тема 29. «По ровненькой дорожке», «Поезд»	1	0,2	0,8	
Тема 30. «Солнышко и дождик», «Найди свой домик»	1	0,2	0,8	
ИТОГО:	30	6	24	

СОДЕРЖАНИЕ

Тема 1. «Догони мяч», «Солнышко и дождик».

Ходьба и бег по кругу. ОРУ без предмета. Подвижные игры «Догони мяч», «Солнышко и дождик». Игра малой подвижности

Тема 2. «По ровненькой дорожке», «Поезд»

Ходьба и бег по кругу. ОРУ без предмета. Подвижные игры «По ровненькой дорожке», «Поезд». Игра малой подвижности

Тема 3. «Солнышко и дождик», «Найди свой домик»

Ходьба и бег по кругу. ОРУ без предмета. Подвижные игры «Догони мяч», «Солнышко и дождик». Игра малой подвижности

Тема 4. «Бегите ко мне», «Наседка и цыплята»

Ходьба и бег по кругу. ОРУ без предмета. Подвижные игры «Бегите ко мне», «Наседка и цыплята». Игра малой подвижности

Тема 5. «Не боимся мы ката», «Обойди прыжками»

Ходьба и бег по кругу. ОРУ без предметов. Подвижные игры «Не боимся мы ката», «Обойди прыжками». Игра малой подвижности

Тема 6. «Докати мяч», «Птички и кошка»

Ходьба и бег по кругу. ОРУ без предмета. Подвижные игры «Докати мяч», «Птички и кошка». Игра малой подвижности

Тема 7. «Схвати змею за хвост», «Поймай комара»

Ходьба и бег по кругу. ОРУ без предмета. Подвижные игры «Схвати змею за хвост», «Поймай комара». Игра малой подвижности

Тема 8. «Самолёты», «Прыгуны»

Ходьба и бег по кругу. ОРУ без предмета. Подвижные игры «Самолеты», «Прыгуны». Игра малой подвижности

Тема 9. «Кто дальше бросит», «Карусель»

Ходьба и бег по кругу. ОРУ без предмета. Подвижные игры «Кто дальше бросит», «Карусель». Игра малой подвижности

Тема 10. «Весёлые пингвины», «Снежинки и ветер»

Ходьба и бег по кругу. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Веселые пингвины», «Снежинки и ветер». Игра малой подвижности

Тема 11. «Лошадки», «Где звенит колокольчик?»

Ходьба и бег в колонне по 1. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Лошадки», «Где звенит колокольчик». Прыжки на батуте

Тема 12. «У медведя во бору», «Угадай кто кричит»

Ходьба и бег в колонне по 1. ОРУ с предметом. Подвижные игры «У медведя во бору», «Где звенит колокольчик». Прыжки на батуте

Тема 13. «Найди свой домик», «Поймай снежинку»

Ходьба и бег в колонне по 1. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Найди свой домик», «Поймай снежинку». Прыжки на батуте

Тема 14. «По кочкам через болото», «Птички в гнездышках»

Ходьба и бег в колонне по 1. ОРУ с предметом. Подвижные игры «По кочкам через болото», «Птички в гнездышках». Прыжки на батуте

Тема 15. «Кто дальше бросит», «Карусель»

Ходьба и бег в колонне по 1. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Кто дальше бросит», «Карусель». Прыжки на батуте

Тема 16. «Где спрятано», «Попади в цель»

Ходьба и бег в колонне по 1. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Где спрятано», «Попади в цель». Прыжки на батуте

Тема 17. «Наседка и цыплята», «Воробышки и автомобиль»

Ходьба и бег в колонне по 1. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Наседка и цыплята», «Воробышки автомобиль». Прыжки на батуте

Тема 18. «Прокати мяч и догони его», «Прыжки из обруча в обруч», «Найди свой домик»

Ходьба и бег в колонне по 1. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Прокати мяч и догони его», «Прыжки из обруча в обруч», «Найди свой домик». Прыжки на батуте

Тема 19. «Поезд», «Жуки», «Котята»

Ходьба и бег в колонне по 1. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Поезд», «Жуки» «Котята». Прыжки на батуте

Тема 20. «Кролики», «Найди свой домик», «Игра с мячом»

Ходьба и бег в колонне по 1. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Кролики», «Найди свой домик», «Игра с мячом». Прыжки на батуте

Тема 21. «Наседка и цыплята», «Кролики»

Ходьба и бег в колонне по 1 с заданием. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Кролики», «Наседка и цыплята». Задания на тренажерах

Тема 22. «Поймай цветок», «Найди свой цвет»

Ходьба и бег в колонне по 1 с заданием. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Поймай цветок», «Найди свой цвет». Задания на тренажерах

Тема 23. «Лягушки», «Добеги до кегли»

Ходьба и бег в колонне по 1 с заданием. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Лягушки», «Добеги до кегли». Задания на тренажерах

Тема 24. «Трамвай», «Птички и птенчики»

Ходьба и бег в колонне по 1 с заданием. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Трамвай», «Птички и птенчики». Задания на тренажерах

Тема 25. «Воробышки и автомобиль», «По ровненькой дорожке»

Ходьба и бег в колонне по 1 с заданием. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Воробышки и автомобиль», «По ровненькой дорожке». Задания на тренажерах

Тема 26. «Найди свой цвет», «Трамвай»

Ходьба и бег в колонне по 1 с заданием. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Найди свой цвет», «Трамвай». Задания на тренажерах

Тема 27. «Наседка и цыплята», «Схвати змею за хвост»

Ходьба и бег в колонне по 1 с заданием. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Схвати змею за хвост», «Наседка и цыплята». Задания на тренажерах

Тема 28. «Догони мяч», «Солнышко и дождик».

Ходьба и бег в колонне по 1 с заданием. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Догони мяч», «Солнышко и дождик». Задания на тренажерах

Тема 29. «По ровненькой дорожке», «Поезд»

Ходьба и бег в колонне по 1 с заданием. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Поезд», «По ровненькой дорожке». Задания на тренажерах

Тема 30. «Солнышко и дождик», «Найди свой домик»

Ходьба и бег в колонне по 1 с заданием. ОРУ с предметом. Подвижные игры «Солнышко и дождик», «Найди свой домик». Задания на тренажерах

Формы аттестации и оценочные материалы

Для отслеживания динамики освоения дополнительной общеразвивающей программы «Попрыгун» осуществляется диагностика на начало и конец учебного года.

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия и направлен на закрепление теоретического материала (если он предусмотрен программой) по изучаемой теме и на формирование практических умений.

Итоговая диагностика проводится в конце обучения при предъявлении ребёнком (в доступной ему форме) результата обучения, предусмотренного программой. Диагностика проводится через наблюдение за детьми во время занятия.

Рекомендуемая таблица по итогам диагностики

ФИ ребёнка	С удовольствием участвует в подвижных играх	Выполнение правил игры	Умение действовать по сигналу

3- высокий уровень

2- средний уровень

1- низкий уровень

6. Организационно-педагогические условия реализации программы

Средства обучения и воспитания –

- аудиовизуальные (музыкальный материал);
- наглядные плоскостные (плакаты, иллюстрации настенные);
- демонстрационные (муляжи, макеты, модели демонстрационные, маски и т.д.)
- электронные образовательные ресурсы (сетевые образовательные ресурсы, мультимедийные презентации и т.п.).

В программе используются следующие методы обучения (спортивные игры, показ, практические упражнения и т.д.).

Особое внимание уделяется рефлексии (анализ выполнения практической работы, своих ощущений).

Для организации образовательной деятельности необходимы следующие условия:

кадровые: педагог дополнительного образования.

материально-технические: современная предметная среда (физкультурный зал, спортивный инвентарь, оборудование, тренажеры)

информационные: демонстрационный и раздаточный материал.

Список литературы

1. Литвинова М.Ф. «Подвижные игры и игровые упражнения»
2. Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать»
3. Ермакова З.И. «На зарядку, малыши»

Календарный учебный график

Начало учебных занятий	Окончание учебного года	I полугодие	ОП	Зимние праздники и каникулы	II полугодие	ОП	Продолжительность учебного года
01.10.2023	30.06.2024	01.10.2023 г. - 11.12.2024 г.	10 недель	12.12.2023 г. – 10.01.2024 г.	11.01.2024 г. – 30.06.2024 г.	24 недели	34 недели