

«ЗДОРОВИЧОК»

Программа секции по спортивным
играм и упражнениям для детей

4 – 7 лет



Автор **Куковерова Ольга Анатольевна**, педагог первой категории,
воспитатель муниципального казенного учреждения общеразвивающего
вида с приоритетным осуществлением деятельности по социально -
личностному направлению развития детей
детский сад «Светлячок»
пгт Подосиновец Кировской области

Цель: развитие двигательной активности, как источника здоровья детей.

Задачи:

1. Обучение элементам спортивных игр с мячом (футбол, баскетбол, волейбол).
- 2 Развитие навыков в ходьбе на лыжах, катании на санках, элементов акробатики.
3. Создание положительного эмоционального тонуса.



Что может быть важнее здоровья? Ничего! Движение – это здоровье, это - жизнь!

Основная работа – это **ознакомление** детей со спортивными играми и упражнениями, **закладывание азов правильной техники**, отличительная черта занятий – **самостоятельная деятельность детей, их эмоциональность.**



Схема тренировки

- СРЕДНИЙ ВОЗРАСТ

- ЗАНЯТИЕ – 25 мин.
- I ч. – БЕСЕДА, РАЗМИНКА – 3 мин.
- II ч. - 20 мин.
- ОРУ – 5 мин.
- СПОРТИВНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ – 5 мин.
- СВОБОДНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ – 5 мин.
- ИГРА – 5 мин.
- III ч. – ИГРА МАЛОЙ ПОДВИЖНОСТИ – 2 мин.



ОКТАБРЬ - ТЕМА: ФУТБОЛ

Образовательная область задач: - ФОРМИРОВАТЬ УМЕНИЕ ДЕЙСТВОВАТЬ С МЯЧОМ.
 – РАЗВИВАТЬ КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ.

МЕСТО: СПОРТИВНАЯ ПЛОЩАДКА ИЛИ ЗАЛ

ПОСОБИЯ: МЯЧИ РЕЗИНОВЫЕ ПО КОЛИЧЕСТВУ ДЕТЕЙ.

Часть занятия, время	Содержание занятия	Дозировка занятия	Методические указания
1 мин I ч.	БЕСЕДА О ФУТБОЛЕ Ходьба с мячом, бег, подскоки	По 1 кругу	По 2 кругу
3 мин. II ч. 9 мин.	Ходьба с мячом 1) ОРУ с мячом стр.40 Утробина «3-5 лет» - утро 6 мин.	По 4-6 раз повторений	В кругу
5 мин.	2) Спорт. упр-я: 1.Ведение мяча ногами, руки за спиной 2.передача мяча друг другу в парах ногами 3.Закатывание в ворота	2 круга 10 раз	По кругу
5 мин.	3) Свободная деят-ть детей с мячом 4) П/и – «Догони мяч» стр.41 «3-5 лет» Утробина. - 6 мин.	2 раз	Закрепить спорт.упр-я Стих.С.Маршака
2 мин. III ч	Мало/под/игра «Съедобное - несъедобное»	5 мин. 2 раза 1 раз	

ПОДГОТОВКА



- Рассматривание иллюстраций
- Беседы с детьми.
- Разучивание общеразвивающих упражнений с мячом на зарядке, подвижных игр на прогулке.
- Рассматривание спортивной формы
- Знакомство с правилами игры в футбол, волейбол, баскетбол и т.д.
- Знакомство с английским переводом этих слов.
- Загадки о спортивных играх и упражнениях.
- Физкультурные занятия с мячом.
- Работа с родителями



Методическая литература

- «Спортивные игры и упражнения в детском саду»
Э.И. Адашкявичене - 1992г.
- «Занимательная физкультура для дошкольников» 3-5
5-7
К.К. Утробина - 2003 г.
- «Физкультура в начальной школе»
М.В. Видякин - 2006 г.
- «Движение день за днем»
М.А. Рунова - 2007 г.
- 5. «Физическое развитие детей 5-7 лет» - 2009 г.
Т.Г. Анисимова
Е.Б. Савинова



РЕЗУЛЬТАТ

- Спортивные упражнения и элементы спортивных игр положительно влияют на психофизическое развитие дошкольников,
- на характер их поведения и личностные качества:
- изменение качественного уровня выполнения различных двигательных знаний у подвижных детей,
- у малоподвижных - проявление желания участвовать в коллективных играх, **соревнованиях**,
- на развитие потребности в различных формах двигательной активности
- и формирование произвольности поведения в соответствии с установленными правилами и нормами,
- что не мало важно при формировании готовности к обучению в школе.



РЕЗУЛЬТАТ В ЦИФРАХ

год	2008 - 2009	2009 -2010	2010 - 2011
Среднестатистический состав	20	20	20
Количество дней пропущенных по болезни	370	297	251
Количество дней пропущенных одним ребёнком по болезни	18,5	14,5	12,5



Анализ диагностического обследования усвоения программного материала по физическому развитию.

год	высокий уровень	средний	низкий
2008 - 2009	45%	40%	15%
2009 - 2010	50%	38%	12%
2010 - 2011	68%	27%	5%

