

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Королёв Московской области
«Школа-интернат для слепых и слабовидящих детей»**

ЮРИДИЧЕСКИЙ АДРЕС: 141069, МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ, ГОРОД КОРОЛЁВ, МИКРОРАЙОН
ПЕРВОМАЙСКИЙ, УЛ. КИРОВА, Д. 40/4 ТЕЛЕФОН: 8(495) 515-91-45
ФАКТИЧЕСКИЙ АДРЕС: 141077, МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ, ГОРОД КОРОЛЁВ, ПРОСПЕКТ КОРОЛЁВА, Д.11Б
ТЕЛЕФОН: 8(495) 511-18-77, 8 (495) 511-13-63

«СОГЛАСОВАНО»

Протокол педагогического совета

№ 1 от 29.08.2024

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказом № 28

от 30.08.2024

Морозова Татьяна Валерьевна
Подписано цифровой подписью: Морозова Татьяна Валерьевна
Дата: 2024.10.11 16:18:59 +03'00'

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа

«Спортивная карусель»

**Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 4-5 лет**

Инструктор по физической культуре: Суровцева Ольга Евгеньевна
Воспитатели: Лавриненко Юлия Юрьевна
Титовец Ольга Александровна

Королёв, 2024 г.

Пояснительная записка:

Дошкольный возраст — это тот период, когда ребёнок усиленно растёт и развивается, период формирования человеческой личности, когда закладывается основа здоровья. Неоспорим тот факт, что хорошее здоровье, приобретённый в ранний и дошкольный период детства, служит фундаментом для общего развития и сохраняет своё значение в последующие годы жизни. Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к ярко выраженным функциональным нарушениям в их организме. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечёт за собой нарушение осанки, плоскостопие, задержку возрастного развития (координации движений, выносливость, силы, гибкость).

Игра - важнейшее средство воспитания. Воспитательное значение игры, её всестороннее влияние на развитие ребёнка трудно переоценить. Игра органически присуща детскому возрасту и при умелом руководстве со стороны взрослых способна творить чудеса. Ленивого она может сделать трудолюбивым, незнайку - знающим, неумелого - умельцем. Словно волшебная палочка, игра может изменить отношение детей к тому, что кажется им порой слишком обычным, скучным, надоевшим.

Подвижная игра имеет большое значение в укреплении здоровья дошкольника. В подвижные игры включаются основные движения: ходьба, бег, метание, лазание, прыжки, равновесие. Движения, входящие в игру, развивают и укрепляют организм, улучшают обмен веществ, функциональную деятельность всех органов и систем.

Подвижные игры имеют огромное значение в жизни ребенка, так как представляют собой незаменимое средство получения ребенком знаний и представлений об окружающем мире. Также они влияют на развитие мышления, смекалки, сноровки, ловкости, морально волевых качеств.

Подвижные игры для детей укрепляют физическое здоровье, обучают жизненным ситуациям, помогают ребенку получить правильное развития.

Цель: совершенствование двигательных умений и навыков у дошкольников с нарушением зрения через организацию сюжетных подвижных игр, бессюжетных подвижных игр, подвижные игры с элементами соревнований.

Задачи:

Оздоровительные:

1. Укреплять физическое здоровье детей
2. Развивать физических качества через подвижные игры

Образовательные:

1. Обучение основным движениям (ходьба, бег, прыжки, лазанье)
2. Формирование двигательных качеств через подвижную игру
3. Формирование здорового образа жизни

Воспитательные:

1. Воспитывать чувство товарищества
2. Воспитывать потребности в здоровом образе жизни
3. Воспитывать нравственно-духовные качества
4. Воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой
5. Воспитывать у дошкольников командный дух
6. Учить поддерживать друг друга
7. Учить ориентироваться в пространстве;
8. Воспитывать целеустремлённость, организованность, инициативность, стремление участвовать в играх с элементами соревнований, играх-эстафетах.

Предполагаемый результат:

1. Накопление методического материала для педагогов по данному направлению
2. Умение организовать эффективное взаимодействие с родителями и детьми
3. Снижение заболеваемости. Укрепления здоровья детей при помощи подвижных игр

- 4.Привитие интереса к здоровому образу жизни
- 5.Умение детей играть в подвижные игры с сюжетами
- 6.Развитие двигательной активности детей
- 7.Сплочение детского коллектива
- 8.Повышение уровня физического развития дошкольника. Развитие физических качеств: ловкость, быстрота, выносливость
- 9.Обогащение словарного запаса детей (считалки, знание текста подвижных игр)
- 10.Активно участвует в подвижных играх, умеет соблюдать и контролировать в них правила
- 11.Стремится самостоятельно организовать подвижную игру

**Учебный план по повышению двигательной активности детей 4-5 лет
средствами подвижных игр**

Игры	Всего в неделю	Всего в год
Подвижные игры	5	40
Малоподвижные игры	1	8
Эстафетная игра	1	8
Всего	7	56

**Перспективные планы работы по использованию подвижных игр для
повышения двигательной активности дошкольников
Октябрь**

Вид игры	№ Недели	№	Название игры	Основной деятельности	вид	Цель
Подвижные игры Игровые упражнения	1.	1.	«Лиса в курятнике»	Бег		Развивать двигательную активность детей психофизические качества; пространственную ориентировку; приучать к выполнению правил; творческие способности (придумывание вариантов игр, комбинированные движения)
	2.	2.	«Самолеты»	Бег с заданием		
	3.	3.	«Подбрось – поймай»	Мышцы рук		
	4.	4.	«Жмурки»	Ориентировка		
	5.	5.	«Сбей кеглю»	Метание		
Малоподвижные игры			«Перемена места»	Ходьба		
Эстафетная игра			«На болоте»	Бег		

Ноябрь

Вид игры	№ Недели	№	Название игры	Основной деятельности	вид	Цель
----------	-------------	---	---------------	--------------------------	-----	------

Подвижные игры Игровые упражнения	1.	1.	«Совушка – сова»	Бег с заданием	Развивать двигательную активность детей психофизические качества; пространственную ориентировку; приучать к выполнению правил; творческие способности (придумывание вариантов игр, комбинированные движения)
	2.	2.	«Ловушка»	Ориентировка Меткость	
	3.	3.	«Не пропусти мяч»		
	4.	4.	«Перемена места»	Бег Ориентировка	
	5.	5.	«Прокати – не задень»	Мышцы рук Меткость	
Малоподвижные игры			«Морская фигура»	Разнообразные движения	
Эстафетные игры			«Перевези пассажира»	Бег	

Декабрь

Вид игры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель
Подвижные игры Игровые упражнения	1.	1.	«Веселые снежинки»	Разнообразные движения Бег с ускорением	Развивать двигательную активность детей психофизические качества; пространственную ориентировку; приучать к выполнению правил; творческие способности (придумывание вариантов игр, комбинированные движения)
	2.	2.	«Метелица»	Ходьба с заданием	
	3.	3.	«Вдоль дорожки»	Бег	
	4.	4.	«Догони свою пару»		
	5.	5.	«Воробушки и кот»	Бег Прыжки	
Малоподвижные игры			«Достань до мяча»	Ходьба с заданием	

Эстафетная игра	«Не хуже чем кенгуру»	Бег	
-----------------	-----------------------	-----	--

Январь

Вид игры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель
Подвижные игры Игровые упражнения	1.	1.	«Снежная карусель»	Ходьба бег	Развивать двигательную активность детей психофизические качества; пространственную ориентировку; приучать к выполнению правил; творческие способности (придумывание вариантов игр, комбинированные движения)
	2.	2.	«Снежинки – пушинки»	Разнообразные движения	
	3.	3.	«Зайцы и волк»	Бег	
	4.	4.	«Катание на санках друг друга»	Мышцы рук Бег	
	5.	5.	«Ловишки»	Бег	
Малоподвижные игры			«Кто ушел?»	Ходьба	
Эстафетная игра			«Баба-Яга»	Бег	

Февраль

Вид игры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель

Подвижные игры Игровые упражнения	1.	1.	«Лиса в курятнике»	Бег с увертыванием	Развивать двигательную активность детей психофизические качества; пространственную ориентировку; приучать к выполнению правил; творческие способности (придумывание вариантов игр, комбинированные движения)
	2.	2.	«Пролезание через обруч»	Бег с заданием	
	3.	3.	«Кролики»	Прыжки	
	4.	4.	«Мяч на лопатке»	Мышцы рук	
	5.	5.	«Преодолей полосу препятствий»	Разнообразные движения	
Малоподвижные игры			«Кто дальше?»	Ходьба	
Эстафетная игра			«Пройди, не задень»	Бег	

Март

Вид игры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель
Подвижные игры Игровые упражнения	1.	1.	«Зайцы и волк»	Бег с увертыванием	Развивать двигательную активность детей психофизические качества; пространственную ориентировку; приучать к выполнению правил; творческие способности (придумывание вариантов игр, комбинированные движения)
	2.	2.	«Перепрыгни через ручеек»	Прыжки	
	3.	3.	«Бегом по дорожке»	Бег с заданием	
	4.	4.	«Котята и щенята»	Бег	
	5.	5.	«Попади в ворота»	Мышцы рук Меткость	
Малоподвижные игры			«Не задень»	Ходьба Подлезание	

Эстафетная игра	«Сороконожка»	Бег	
-----------------	---------------	-----	--

Апрель

Вид игры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель
Подвижные игры Игровые упражнения	1.	1.	«Автомобили»	Бег	Развивать двигательную активность детей психофизические качества; пространственную ориентировку; приучать к выполнению правил; творческие способности (придумывание вариантов игр, комбинированные движения)
	2.	2.	«Ручеек»	Ориентировка Перепрыгивание	
	3.	3.	«Прыжки по кочкам»	Прыжки	
	4.	4.	«Туннель»	Бег с заданием	
	5.	5.	«Сбей предмет»	Метание	
Малоподвижные игры			«Угадай, кто позвал»	Ходьба Ориентировка	
Эстафетная игра			«Нарисуй солнышко»	Бег	

Май

Вид игры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель
----------	-------------	---	---------------	------------------------------	------

Подвижные игры Игровые упражнения	1.	1.	«Коршун и насадка»	Разнообразные движения	Развивать двигательную активность детей психофизические качества; пространственную ориентировку; приучать к выполнению правил; творческие способности (придумывание вариантов игр, комбинированные движения)
	2.	2.	«Выше ноги от земли»	Бег с запрыгиванием	
	3.	3.	«Перепрыгни и не задень»	Прыжки	
	4.	4.	«Мяч соседу»	Мышцы рук	
	5.	5.	«Полоса препятствиями»	Бег с препятствиями	
Малоподвижные игры			«Кто не уронит»	Разнообразные движения	
Эстафетная игра			«Кто самый быстрый»	Бег	

Список литературы

1. Алямовская В. Г. Физкультура в детском саду: теория и методика организации физкультурных мероприятий. – М.: Чистые пруды, 2006. – 30 с.
2. Артемьев В.П. Теория и методика физического воспитания. Двигательные качества. – Могилев: МГУ им. А.А. Кулешова, 2007. – 284 с.
3. Вареник Е.Н. Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет; планирование и конспекты. – М.: Сфера, 2008. – 203 с.
4. Дик Н.Ф. Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 251 с.
5. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ. – М.: АРКТИ, 2010. – 35 с.
6. Мониторинг достижения ребенком планируемых результатов

освоения программы / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: Мозаика-Синтез, 2011. – 540 с.

7. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-5 лет: Пособие для воспитателя дет.сада. – М.: Детство-Пресс, 2013. – 155 с

8. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет: Пособие для воспитателя дет.сада. – М.: Детство-Пресс, 2013. – 143 с.

9. Радуга. Примерная образовательная программа дошкольного образования / С.Г. Якобсон, Т.И. Гризик, Т.Н. Доронова и др. – М.: Просвещение, 2014. – 230 с.

10. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: метод.пособие. – М.: Мозаика-Синтез, 2004. – 225 с.

11. Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом. Для детей 4-7 лет. – М.: Детство-Пресс, 2012. – 48 с.

12. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – М.: Академия, 2013. – 368 с.

13. Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. – М.: Мозаика-Синтез, 2011. – 120 с.

14. Фандикова Л.А. Режимы двигательной активности дошкольников. – М.: Прогресс, 2008. – 193 с.

15. Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы» // URL: <http://fcp.economy.gov.ru/cgi-bin/cis/fcp.cgi/Fcp/ViewFcp/View/2012/191>

16. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утв.приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 // URL: <http://www.rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.html>

17. Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание. – К.: Наукова думка, 2009. – 228 с.

18. Шарманова С. Б. Физическое воспитание детей дошкольного возраста: Состояние, проблемы, технологические решения. – Челябинск,

2009. – 69 с.

19. Шишкина В.А. Какая физкультура нужна дошкольнику: кн. для воспитателей детского сада и родителей. – М.: Просвещение, 2008. – 78 с.

20. Яковлева Л.В. Физическое развитие детей 3-7 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений. В 3 ч. / Л.В. Яковлева, Р.А.Юдина. – М.: Физкультура и спорт, 2004. – Ч. 1. – 237 с.

21. Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы» // URL: <http://fcp.economy.gov.ru/cgi-bin/cis/fcp.cgi/Fcp/ViewFcp/View/2012/191>