

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД № 72»

ПРИНЯТА

Педагогическим советом

МДОУ "Детский сад № 72"

Протокол № 4 от 09.08.2019 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 72»

Е. А. Жукова

Приказ № 02-03/51/03

от «09» августа 2019 г.



Дополнительная образовательная программа  
**«Веселый спорт»**  
(модифицированная)

возраст обучающихся 3-4 лет, 4-5 лет  
срок реализации – 2 года

СОСТАВИТЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

Воспитатель  
Канавина В.С

Ярославль, 2019

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка .....	3
2. Учебно-тематический план:	
Учебно-тематический план (1-й год обучения) .....	4
Учебно-тематический план (2-й год обучения) .....	6
3. Содержание программы	
Содержание программы (1-й год обучения) .....	7
Содержание программы (2-й год обучения) .....	11
4. Ожидаемые результаты освоения программы .....	14
5. Контрольно-измерительные материалы .....	14
6. Список литературы .....	16

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа «Веселый спорт» предназначена для детей **младшего дошкольного возраста**.

Человек – высшее творение природы. Для того чтобы наслаждаться ее сокровищами, он должен отвечать по крайней мере одному требованию: быть здоровым, а значит, дружить со спортом. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, всесторонней двигательной подготовленности и гармонического физического развития. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте.

**Актуальность** разработки программы обусловлена поиском более эффективных способов педагогических воздействий в физическом и умственном развитии детей дошкольного возраста при создании здоровьесберегающей среды в ДОУ.

Основная направленность программы «Веселый спорт» - сохранение и укрепление здоровья детей. По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье — естественное состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений; состояние полного телесного, душевного и социального благополучия.

Дошкольный период — чрезвычайно важный этап в жизни ребенка. Ребенок рождается беспомощным, обладающим единственной способностью – всему научиться со временем. Он не рождается с готовым набором движений, а осваивает их в процессе жизни.

**Новизна** данной физкультурно-образовательной программы заключается в комплексном решении задач оздоровления: физическое развитие детей организуется при одновременном развитии их интеллектуальных и креативных способностей, эмоциональной сферы, психических процессов.

Обучение движениям оказывает влияние на здоровье, общее физическое развитие, развитие познавательных способностей, волевых качеств, эмоциональности ребенка, т.е. на его внутренний мир. Обучение движениям способствует гармоничному развитию личности, совершенствованию как физических, так и психических, интеллектуальных, духовно – нравственных качеств.

Обучаясь движениям, ребенок приобретает знания, необходимые для его сознательной двигательной деятельности, приобретает опыт их реализации, в том числе творческой. Обучение движениям способствует осознанию ребенком самого себя как личности, вырабатывает у него потребность совершенствовать собственную природу, создает предпосылки для реализации его индивидуальности. Осуществляя самые разные движения, ребенок получает возможность самосовершенствования, формируется интерес и любовь к физической культуре.

Программа направлена на формирование у маленького ребенка интереса к своему личному здоровью, на совершенствование всех видов движений и развитие физических качеств.

**Возраст** детей, участвующих в реализации программы – 3-4 года (1-ый модуль - первый год обучения, дети 3-4 лет; 2-ой модуль - второй год обучения, дети 4-5 лет).

**Программа рассчитана** на 2 года обучения: 1 год обучения (9 месяцев) – 33 занятия; 2 год обучения (9 месяцев) – 33 занятия.

Основная **форма организации работы с детьми** – подгрупповые занятия с осуществлением дифференцированного подхода при выборе методов обучения в зависимости от возможностей детей. Количество детей в подгруппе составляет 8-15 детей. Занятия строятся в подвижной, игровой форме. Продолжительность занятия соответствует возрастным нормам детей:

– 1-й год обучения (младшая возрастная группа) – 1 раз в неделю по 15 минут (всего 15 минут в неделю);

– 2-й год обучения (средняя возрастная группа) – 1 раза в неделю по 20 минут (всего 20 минут в неделю).

Цель: создание условий для освоения ребенком физических навыков и умений в двигательной деятельности.

**Задачи:**

- формирование устойчивого интереса и потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта у детей (овладение основными движениями)

**Принципы реализации программы**

1. Принцип научности предполагает построение занятий в соответствии с закономерностями социализации, психического и физического развития ребенка.
2. Принцип систематичности обуславливает необходимость последовательности, преемственности и регулярности при формировании у детей знаний, двигательных умений, навыков. Заключается в непрерывности, планомерности использования средств, во всех возможных формах их проявления в течении всего курса занятий.
3. Принцип постепенности определяет необходимость построения занятий физическими упражнениями в соответствии с правилами: «от известного к неизвестному», «от простого к сложному».
4. Принцип доступности – изучаемый материал должен быть легким, гарантирующим свободу в учении и одновременно трудным, чтобы стимулировать мобилизацию сил занимающихся.
5. Принцип учета возрастного развития движений предусматривает степень развития основных движений у ребенка, его двигательных навыков.
6. Принцип чередования нагрузки важен для предупреждения утомления детей и для оздоровительного эффекта от выполнения физических упражнений.
7. Принцип наглядности играет важную роль в обучении движениям и является неотъемлемым условием совершенствования двигательной деятельности. Процесс строится с использованием всех видов наглядности: зрительной, звуковой, тактильной и двигательной.
8. Принцип сознательности и активности предполагает формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых движений, привитие навыков, самоконтроля действий в процессе занятий, развитие сознательности, инициативы и творчества.

**2. Учебно-тематический план**

**1 год обучения (33 занятия)**

Месяц	Неделя	Тема	Оздоровительное занятие	Количество занятий	Количество часов
Октябрь	1	Наше тело	«Опасно-безопасно»	1	15 минут
	2	Конструирование тела	«Это я»	1	15 минут
	3	Укрепи свое здоровье	«Ай да зайчики»	1	15 минут
	4	Здоровый образ жизни	«Магазин игрушек»	1	15 минут
Октябрь	1	Характерные движения	«Вот поезд наш едет»	1	15 минут

	2	Подражательные движения	«Покататься я хочу»	1	15 минут
	3	Воспитание товарищества	«Вместе весело шагать»	1	15 минут
	4	Привольное питание	«Вкусно и полезно»	1	15 минут
Ноябрь	1	Прививать желания к подвижным играм	«Убежали башмачки»	1	15 минут
	2	формирование правильного дыхания.	«Котят учатся прыгать»	1	15 минут
	3	У кого какой нос	Почему у слоненка нос длинный	1	15 минут
	4	Активизировать имеющиеся знания и умения детей;	«Зимнее путешествие Колобка»	1	15 минут
Декабрь	1	Чем мы слышим	Кто сказал «Мяу»	1	15 минут
	2	У кого какие уши	Телефон	1	15 минут
	3	Закреплять и совершенствовать навыки основных видов движений	Двенадцать месяцев	1	15 минут
Январь	3	Развитие общей выносливости организма	«Антошка идет в армию»	1	15 минут
	4	Совершенствование умений двигаться в соответствии с текстом	«Прогулка в лесу»	1	15 минут
Февраль	1	Чистота – залог здоровья	Федорино горе	1	15 минут
	2	Создание позитивного отношения к культурно-гигиеническим навыкам	«Надо, надо умываться»	1	15 минут
	3	Чтобы зубы были здоровыми	Королева Зубная Щетка	1	15 минут
	4	развитие у детей координации движений, ловкости и быстроты реакции.	«Поиграй с медведем»	1	15 минут
Март	1	Обобщение и закрепление элементарных знаний и представлений о сохранении и укреплении здоровья.	«Айболит и его друзья»	1	15 минут
	2	Полезная еда	Приключение Чипполино	1	15 минут
	3	Равновесие	Веселые кегли	1	15 минут
	4	Ловкость	К нам пришел доктор Пилюлькин.	1	15 минут
Апрель	1	Быстрота	«Побежали»	1	15 минут
	2	Сила	«Мы-сильные»	1	15 минут
	3	Внимание	«Туристы»	1	15 минут
	4	Выносливость	Погуляем вместе»	1	15 минут



Май	1	Прыжки в длину	«Цеплята»	1	15 минут
	2	Равновесие	«Репка»	1	15 минут
	3	ОБЖ	Кошкин дом	1	15 минут
	4	Итоговое	«Приключение в стране сказок»	1	15 минут
Общее количество занятий				33 занятия	5ч 50 мин

### 2 год обучения (33 занятия)

Месяц	Неделя	Тема	Оздоровительное занятие	Количество занятий	Количество часов
Сентябрь	1	Наше тело	«Опасно-безопасно»	1	20 мин
	2	Конструирование тела	«Это я»	1	20 мин
	3	Укрепи свое здоровье	«Ай да зайчики»	1	20 мин
	4	Здоровый образ жизни	«Магазин игрушек»	1	20 мин
Октябрь	1	Характерные движения	«Вот поезд наш едет»	1	20 мин
	2	Подражательные движения	«Покататься я хочу»	1	20 мин
	3	Воспитание товарищества	«Вместе весело шагать»	1	20 мин
	4	Привольное питание	«Вкусно и полезно»	1	20 мин
Ноябрь	1	Прививать желания к подвижным играм	«Убежали башмачки»	1	20 мин
	2	формирование правильного дыхания,	«Котята учатся прыгать»	1	20 мин
	3	У кого какой нос	Почему у слоненка нос длинный	1	20 мин
	4	Активизировать имеющиеся знания и умения детей;	«Зимнее путешествие Колобка»	1	20 мин
Декабрь	1	Чем мы слышим	Кто сказал «Мяу»	1	20 мин
	2	У кого какие уши	Телефон	1	20 мин
	3	Закреплять и совершенствовать навыки основных видов движений	Двенадцать месяцев	1	20 мин
Январь	3	Развитие общей выносливости организма	«Антошка идет в армию»	1	20 мин
	4	Совершенствование умений двигаться в соответствии с текстом	«Прогулка в лесу»	1	20 мин
Февраль	1	Чистота – залог здоровья	Федорино горе	1	20 мин
	2	Создание позитивного отношения к культурно-гигиеническим навыкам	«Надо, надо умываться»	1	20 мин
	3	Чтобы зубы были здоровыми	Королева Зубная Щетка	1	20 мин
	4	развитие у детей координации движений,	«Поиграй с медведем»	1	20 мин

		ловкости и быстроты реакции.			
Март	1	Обобщение и закрепление элементарных знаний и представлений о сохранении и укреплении здоровья.	«Айболит и его друзья»	1	20 мин
	2	Полезная еда	Приключение Чипполино	1	20 мин
	3	Равновесие	Веселые кегли	1	20 мин
	4	Ловкость	К нам пришел доктор Пилюлькин.	1	20 мин
Апрель	1	Быстрота	«Побежали»	1	20 мин
	2	Сила	«Мы-сильные»	1	20 мин
	3	Внимание	«Туристы»	1	20 мин
	4	Выносливость	Погуляем вместе»	1	20 мин
Май	1	Прыжки в длину	«Цеплята»	1	20 мин
	2	Равновесие	«Репка»	1	20 мин
	3	ОБЖ	Кошкин дом	1	20 мин
	4	Итоговое	«Приключение в стране сказок»	1	20 мин
Общее количество занятий				33 занятия	11 час

### 3. Содержание программы

Начальный курс по физической культуре прост и доступен младшим дошкольникам. Большое значение при первоначальных физических упражнениях имеет специально организованная игровая деятельность, создания игровых ситуаций.

Особенность программы в том, что на *первом* году обучения ребенок делает первые шаги в физической культуре. Ребята знакомятся со своим телом, со своими возможностями и с правильном образом жизни.

На занятиях используется различный спортивный инвентарь для привлечения интереса дошкольников. Содержание *второго* года обучения включает улучшение выполнения физических упражнений и закрепление знаний и навыков здорового образа жизни.

#### Материально-техническое обеспечение учебного процесса

Практические занятия по Программе проходят в музыкально-спортивном зале, оснащенном спортивным инвентарем и оборудованием

Перечень материалов и инструментов:

- наглядные пособия: плакаты, схемы, карточки, с описанием комплексов упражнений, альбомы, фотографии;
- спортивный инвентарь (мячи разного диаметра, веса, скакалки, гимнастические палки, гантели, фитбол-мячи, кубики, кегли);
- Мультимедийное оборудование (экран, проектор, ноутбук);
- Магнитофон, музыкальные диски.

Месяц	Неделя	Название занятия	Содержание
-------	--------	------------------	------------

Сентябрь	1	«Опасно-безопасно»	Гимнастика для глаз «Солнечный зайчик» Дыхательные упражнения в парах Игра «опасно-безопасно» Гимнастика для укрепления мышц шеи «Сидит белка» Пальчиковая гимнастика «Наши пальцы» Музыкальная пальчиковая гимнастика «Мои веселые пальчики» Комплекс ОРУ
	2	«Это Я»	Приветствие. Гимнастика для глаз «Солнечный зайчик» Упражнение для мышц шеи Комплекс дыхательных упражнений Игра «Части тела и органы» Комплекс ОРУ Игра «Найди на ощупь названную часть тела»
	3	«Ай да зайчика»	Коммуникативная игра «Здравствуй»  Беседа о пользе овощей. 4.Игровой массаж «Был у зайки огород». 5.П/и «Лиса и зайцы»
	4	Магазин игрушек	Разминка с речитативом. Пальчиковая гимнастика. Тренировка «В гости к мишке. П/и «Солнышко и дождик»
Октябрь	1	Вот поезд наш едет	Коммуникативная игра «Здравствуй» Путешествие по станциям (подвижные игры)Релаксация.
	2	«Покататься я хочу»	Разминка Обыгрывание стихотворения И. Токмаковой «Поехали!».
	3	«Вместе весело шагать»	Коммуникативная игра «Здравствуй» Комплекс ОРУ Соревновательные игры
	4	«Вкусно и полезно»	Гимнастика для глаз «Солнечный зайчик» Беседа о полезной еде, рассматривание картинок Игра «Съедобное несъедобное»
Ноябрь	1	«Убежали башмачки»	Проблемная ситуация «Куда же делись башмачки»? П/и «Кот и мыши» Игровое упражнение «Соберем зернышки» Импровизация «Цветы и бабочки»



			Релаксация
	2	«Котята учатся прыгать»	Гимнастика для глаз «Зайка» Упражнение для мышц ног
	3	Почему у слоненка нос длинный	Ритмический танец «Вместе вело шагать» Дыхательная гимнастика Игра «Тигр на охоте» Упражнение на дыхание «Рычание» Игра «Поглаживание слоненка»
	4	«Зимние путешествия Колобка»	Игровой массаж. Массаж биологически активных точек «Снеговик». Игра «Замри». Гимнастика для стоп.
Декабрь	1	Кто сказал «Мяу»	Массаж рук «Ай, тари, тари» Игра на внимание «Мяу!» Массаж ушей Комплекс ОРУ Подвижная игра «Лягушки» Релаксация
	2	Телефон	Массаж ушей Гимнастика для глаз «Муха» Ритмический танец «Чунга –чанга»
	3	«Двенадцать месяцев»	Разминка Комплекс ОРУ П/и «Зима, весна, лето, осень» Релаксация
Январь	3	«Антошка идет в армию»	Игровые упражнения : «Метко в цель», «Десантники», «Разведчики», «Связисты», «Силачи».
	4	Прогулка в лесу»	Коммуникативная игра «Танец волн» Гимнастика для глаз Гимнастика для ног Комплекс ОРУ
Февраль	1	«Федорено горе»	Беседа о чистоте Игра «найди место» Комплекс ОРУ Релаксация
	2	«Надо, надо умываться»	Игра «Мое утро». Физ. минутка «Хомка-хома, хомячок». Ст-ие «Микроб». Закаливающее носовое дыхание.

			Упражнение для мелкой моторики рук «Солнышко»
	3	Королева Зубная Щетка	Физминутка «Самолеты» Песня «Зубы» Комплекс ОРУ Релаксация
	4	«Поиграй с медведем»	Импровизированные упражнения на мышцы рук и ног П/ игры «У медведя во бору», «Медведь и зайцы», «Догони». Элементы эстафеты «Кто быстрее»
Март	1	«Айболит и его друзья»	Рассматривание картинок Разминка Комплекс ОРУ П/и «Зайчата»
	2	Приключения Чипполино	Ритмичный танец «Волшебный цветок» ОРУ Дыхательные упражнения «Синьор Помидор» Массаж глаз «Раздеваем лук»
	3	Веселые кегли	Коммуникативная песня Разминка Игра с кеглями
	4	«К нам пришел доктор Пилюлькин»	Весенний хоровод Дыхательная гимнастик «Лечебные звуки» Ритмический танец «Волшебный цветок» П/и «Попади мячом» Релаксация
Апрель	1	«Побежали»	Фонопедические упражнения Разминка для ног Игра «Бегай и замри»
	2	«Мы- сильные»	Упражнение для стоп «Бедный кот» ОРУ Упражнения «Вкусные слова»
	3	Туристы	Весенний хоровод Гимнастика для глаз «Солнечный зайчик» Ритмический танец «Закрывать и открывать глаза» ОРУ «Туристы» Массаж пальцев «Цветы»
	4	«Погоуляем вместе»	Пальчиковая игра «Весна» Весенней хоровод Танец
Май	1	Цеплята	Пальчиковая игра «Весна» Весенней хоровод П/и «Цыплята и ручей» Релаксация

	2	Репка	Ритмический танец «Закрывать и открывать глаза» ОРУ П/и «Репка»
	3	Кошкин дом	Ритмический танец «Закрывать и открывать глаза» Физминутка Дыхательные упражнения Игра «Мышеловка»
	4	«Мой весёлый, звонкий мяч...»	Упражнение «Веселые мячики». Игра с мячом: «Прокати мяч», «Забрось мяч в корзинку», «Кто быстрее допрыгает с мячом, зажатым между ног», «Прокати по дорожке». Игра «Летит мой мяч».

2 год обучения

Месяц	Неделя	Название занятия	Содержание
Сентябрь	1	«Вспоминаем о спорте»	Беседа о физической культуре. Правила поведения и техники безопасности на занятиях. Игра «Держи осанку», используя спортивный инвентарь. Развитие умения сохранять правильную осанку во время ходьбы. Комплекс гимнастики «Утята». П/и «Большие и маленькие деревья». Упражнение регулирующей мышечный тонус «Дерево».
	2	«Мы чистюли»	Приветствие. Беседа « Спортивная одежда». Игра «Верь ушам, а не глазам» Игра «Музыкальный спорт - тур». Игра «Строители».
	3	«Жизнь леса»	Коммуникативная игра «Здравствуй» Упражнения с гимнастической палкой. Игра «Приседание у стены» Игра « Жизнь леса»
	4	«Как нужно ухаживать за собой»	Беседа «Как нужно ухаживать за собой». Упражнения с мячом. Игра с мячом «Попади в кольцо». Игровое упражнение «Горячий мяч»- лежа на животе. Придумать разные способы перекатывания мяча.
Октябрь	1		Приветствие Игра-массаж «Собираемся на бал», Комплекс ОРУ Релаксация
	2	«Вдох-выдох»	Разминка Игра «Волейбол с воздушным шариком». Д/и «Ветерок»

	3	«Балерина»	Коммуникативная игра «Здравствуй» Комплекс ОРУ Релаксация
	4	«Стоим на месте»	Гимнастика для глаз «Солнечный зайчик» Игра: «Повтори за мной». Ходьба по различным предметам, выложенным на полу.
Ноябрь	1	«Убежали башмачки»	Проблемная ситуация «Куда же делись башмачки»? П/и «Кот и мыши» Игровое упражнение «Соберем зернышки» Импровизация «Цветы и бабочки» Релаксация
	2	«Светофор»	Гимнастика для глаз «Зайка» Игра «Светофор». Игра «Вышибалы». Упражнения при ходьбе, выполняя сигналы педагога.
	3	«Ветерок»	Ритмический танец «Вместе вело шагать» Дыхательная гимнастика Игра «Поглаживание слоненка»
	4	Осанка	Игровой массаж. Комплекс ОРУ Игра «Хвосты». Релаксация
Декабрь	1	«Налево-направо»	Игры: «Быстро в колонну», «Найди свой цвет». Гимнастика для ног. Дыхательная игра «Снежинка». Пальчиковая игра.
	2	«Вперед-назад»	Прокатывание мяча по узкому коридору, бег змейкой, бег между предметами. Игры: «Найди свою пару», «Найди свой цвет». Упражнения на дыхание. Гимнастика для глаз «Жук».
	3		Разминка «Фиксики», сопровождение текста соответствующими движениями. Упражнение на дыхание. Упражнения с мешочками. Пальчиковая игра. Игровые упражнения на расслабление. Игра «Ловишки».
Январь	3		Обучать детей выразительным движениям. Собери мелкие игрушки ногой. Упражнения с гимнастической палкой (осанка, плоскостопие). Игра «Жизнь леса».
	4	«Движения-это жизнь»	Коммуникативная игра «Танец волн» Комплекс ОРУ П/и «веселые утята»
Февраль	1	«Федорено горе»	Беседа о чистоте

		Игра «найди место» Комплекс ОРУ Релаксация
	2	«Надо, надо умываться» Игра «Мое утро». Физ. минутка «Хомка-хома, хомячок». Ст-ие «Микроб». Закаливающее носовое дыхание. Упражнение для мелкой моторики рук «Солнышко».
	3	Королева Зубная Щетка Физминутка «Самолеты» Песня «Зубы» Комплекс ОРУ Релаксация
	4	«Поиграй с медведем» Импровизированные упражнения на мышцы рук и ног П/ игры «У медведя во бору», «Медведь и зайцы, «Догони». Элементы эстафеты «Кто быстрее»
Март	1	«Ловкие ноги» Разминка Игра «Ловкие ноги». Игра «Бабка Яга». Комплекс ОРУ
	2	«Ловкие ноги» Ритмичный танец «Волшебный цветок» ОРУ Релаксация
	3	Мы-команда Коммуникативная песня Эстафеты между 2 командами: 1 прокати мяч обручем. 2 прыгай на мяче-хопе. 3 пробеги по узкой дорожке и передай палку Ходьба по дорожке «След в след».
	4	«След в след» Весенний хоровод Ходьба по разным дорожкам.
Апрель	1	«Мы- здоровые» Фонопедические упражнения Игра «Светофор». Комплекс ОРУ
	2	«Фантазеры» Игровая зарядка «Важный пес». Дыхательные упражнения: «Хлопушка», «Оглянись». Упражнения на диске «Здоровье». Игровые упражнения с элементами психогимнастики. Гимнастика для глаз. Упражнения для стопы ног «Нарисуем солнышко». Игра «Кто успел?»
	3	«Фиксики» Весенний хоровод Игровые упражнения: «Лови-бросай», «Прыгни и повернись», «Бросай мяч». Упражнения воздействия на диске «Здоровье».



			Массаж пальцев «Цветы»
	4		Коммуникативная песенка Комплекс ОРУ Игра м/п «Белки, шишки и орехи».
Май	1	«Осинка»	Весенней хоровод Игра «Тень» проводится в парах. Релаксация
	2		Ритмический танец «Закрывать и открывать глаза» ОРУ Упражнения на развитие мелких мышц рук.
	3	Кошкин дом	Ритмический танец «Закрывать и открывать глаза» Физминутка Дыхательные упражнения Игра «Мышеловка»
	4	«Мой весёлый, звонкий мяч...»	Упражнение «Веселые мячики». Игра с мячом: «Прокати мяч», «Забрось мяч в корзинку», «Кто быстрее допрыгает с мячом, зажатым между ног», «Прокати по дорожке». . Игра «Летит мой мяч».

#### 4. Ожидаемые результаты освоения программы

Предполагаемые результаты реализации программы:

1. Выполняет творческитанцевально-оздоровительные упражнения
2. Умеет выразительно и ритмично двигаться в соответствии с характером музыки, испытывает эмоциональное удовлетворение.
3. Знает назначение музыкальных, подвижных, пальчиковых и др. игр и упражнений и умеет их использовать среди детей и в активном отдыхе.
4. Знает о принципах здорового образа жизни (двигательная активность, закаливание, здоровое питание, правильная осанка) и старается их реализовывать.

В конце года проходит открытое занятие, где присутствуют педагоги, родители. Подводятся итоги, и оценивается работа детей за учебный год следующими способами определения результативности программы:

1. Диагностика, проводимая в конце года в виде педагогического наблюдения.
2. Снижение заболеваемости и повышение уровня физической активности детей (аналитическая справка в мае) .

#### 5. Контрольно-измерительные материалы

Критерии и показатели достижений детей:

На начало прохождения курса:

- 1) Имеют недостаточную физическую подготовленность.
- 2) Частично владеют работой с мячом.
- 3) Частично владеют техникой выполнения основных видов движений.
- 4) Проявляют интерес к упражнениям и играм оздоровительной направленности.
- 5) Недостаточное развитие психоэмоциональной сферы.

На конец прохождения курса:

- 1) Укрепление осанки и улучшение физических качеств: координации, силы, общей выносливости, ловкости, гибкости, равновесия.
- 2) Улучшение техники выполнения различных видов основных движений, оптимально

возрастным нормам.

3) Значительное улучшение техники владения мячом.

4) Развитие креативных способностей в двигательной сфере.

5) Улучшение умственных способностей: внимания, быстроты реакции, памяти, воображения.

6) Развитие эмоциональной сферы, нравственно-волевых черт, коммуникативных способностей.

## 6. Список литературы

1. «Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе» научно - практический сборник инновационного опыта под редакцией И.В. Чупахи, Е.З. Пужаевой, И.Ю. Соколовой;
2. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду: Методические материалы в помощь психологам и педагогам.- М.:ТЦ Сфера, 2003г.
3. Аронова Е.Ю., Хашабова К.А. «Физкультурно-оздоровительная работа с дошкольниками в детском саду и дома».
4. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя детского сада. - М.: Просвещение, 1983г.
5. Велитченко В.К. «Физкультура для ослабленных детей».
6. Галанов А.С. «Игры, которые лечат».
7. Голубева Л.Г. Гимнастика и массаж для самых маленьких: Пособие для родителей и воспитателей. М.: Мозаика-Синтез, 2006г.
8. Голицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении.- М.:» Издательство Скрипторий 2003»,2004г.
9. Дик Н.Ф. «Увлекательные физкультурные занятия для дошкольников».
10. Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений М.Д. Маханевой «Воспитание здорового ребенка».
11. Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений Е.М. Мастюковой «Коррекционно - педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников».
10. Рунова М.А. Движение день за днем. Двигательная активность-источник здоровья детей. – М., ЛИНКА-ПРЕСС, 2007г.
11. 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 ГНОМ и Д., 2003г.
12. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7лет. Конспекты нетрадиционных занятий и развлечений в спортивном зале: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре. - М, издательство ГНОМ и Д, 2003