

Принято  
на педагогическом совете  
МБДОУ детского сада № 48  
«Вишенка»  
Протокол № 6 от «28» 08 2022г.

«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ  
детского сада № 48 «Вишенка»  
О.Е. Пышко  
Пр. № 15 от «31» 08 2022г.

**Представление  
Дополнительной образовательной услуги  
Физической направленности  
«Крепыш» (2-3 года)**

**Составила: Карманова И.В.  
Воспитатель с первой категорией**

Пятигорск, 2022

## **Пояснительная записка**

Программа «Крепыш» имеет физкультурно-оздоровительную направленность и разработана как вспомогательная программа к программе «Радуга» Дороновой. Данная программа оформлена в соответствии с письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 года №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей». Программа реализуется в работе кружка «Крепыш» Муниципального бюджетного дошкольного общеобразовательного учреждения детского сада №48 «Вишенка» .

Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у дошкольников мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

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.

План организации всех видов деятельности строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными особенностями воспитанников. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра. С учетом примерного перечня основных видов организованной деятельности, согласно принципу интеграции, физическое воспитание детей осуществляется при организации трудовой, познавательно- исследовательской, продуктивной, музыкально- художественной и чтения.

### **Цель программы:**

Выявить творческий потенциал детей и развивать их двигательные способности, содействовать всестороннему развитию личности дошкольника через развитие его творческих способностей, «открытие для себя», определить значимость секционной работы в развитии творческих способностей детей.

### **Задачи программы**

#### *Оздоровительные*

1. Формирование навыков самовыражения через движение посредством музыки;
2. Развивать физические качества – гибкость, силу, выносливость, координационных способностей;
3. Формировать пластичность, грациозность у девочек, мужественность у мальчиков;
4. Развивать чувство ритма, внимания, умение согласовывать движения с музыкой, предметную ловкость;
5. Укреплять здоровье воспитанников, в поддержании физической и умственной работоспособности активности.

## *Образовательные*

1. Развитие познавательного интереса к особенностям движений и передвижений человека, о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля над деятельностью этих систем.
2. Формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
3. Развитие мотивации к здоровому образу жизни как к норме и стилю жизни, способствующие максимальной реализации факторов устойчивости.

## *Воспитательные*

1. Формирование у обучающихся культуры общения и поведения во время занятий.
2. Воспитание положительных морально-волевых качеств.

### **Актуальность программы**

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.

### **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.

### **Структура программы**

Программа включает в себя широкое использование стихов, загадок, песен, соответствующих сюжету занятия, которые предполагается разучивать во второй половине дня. Предполагается раздача детям домашних заданий: выполнения рисунков, тематически связанных с предстоящим сюжетным занятием, прочесть сказки соответствующего сюжетного содержания. Подобные домашние задания наряду с двигательными (например, выполнить то или иное упражнение комплекса) могут привлечь внимание родителей к физическому воспитанию детей, заинтересовать их успехами ребенка.

В процессе обучения дети знакомятся с новыми движениями и закрепляют физические качества, координационные способности, учатся слушать музыку выполнять в соответствии с текстом и мелодией различные упражнения, учатся произвольно расслаблять мышцы.

Подготовительная часть занятия эмоционально настраивает детей на занятие, активизирует, готовит их организм к предстоящей нагрузке. В этой части занятия создается игровая мотивация и ставится игровая задача. На некоторых занятиях мотивировка двигательной деятельности, основная на игре, переносится на начало основной части, а привлечение детей к выполнению упражнений носит опосредованный характер: музыкальное сопровождение, звучание бубна, напоминающее знакомые упражнения и др.

В основной части сюжетного занятия с детьми разучиваются и закрепляют их, развивают физические качества, координационные способности. Для этой части занятия характерна кульминационная насыщенность сюжета.

В заключительной части занятия происходит постепенный переход от усиленной мышечной деятельности к спокойному состоянию, продолжается общение детей с игровыми персонажами, появляется настрой на самостоятельную игру.

Набор детей в спортивный кружок проводится в свободной форме.

Программа рассчитана на 32 часа.

Рекомендуемая наполняемость групп 10 человек.

Режим занятий 1 раз в неделю.

В месяц 4 занятия.

## **Этапы реализации программы**

Рабочая программа рассчитана на один год.

У детей в возрасте 2-3 лет формируются навыки владения спортивным инвентарем, складываются простейшие представления о спортивных играх, навыки владения своим телом во время спортивной игры.

## **Взаимодействие с родителями**

Взаимоотношения с родителями строятся на основе родительского договора.

Процесс физкультурно-оздоровительной работы с семьей включает:

1. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.
2. Консультации для родителей о приемах и методах оздоровления ребенка.

## **Ожидаемый итоговый результат реализации программы**

В конце учебного года у детей должны сформироваться следующие интегративные качества: любознательный, активный, эмоционально отзывчивый, умеющий управлять своим поведением. Также должны быть сформированы следующие физические качества: быстрота, ловкость, умение высоко и далеко прыгать, владеть мячом, обручем, умение далеко и высоко метать мяч, исполнять несложные ритмические танцы под музыку. У родителей сформировать интерес к физическому развитию ребенка и педагогическую компетентность, а также желание активно участвовать в физическом развитии своих детей в домашних условиях.

## **Методическое обеспечение.**

Для проведения секционной деятельности потребуется:

Мячи Ø28см., 20см, 8см, 4см, 2см.

Баскетбольные и футбольные мячи.

Ракетки для настольного и большого тенниса, ракетки для бадминтона.

Гимнастические маты, кегли, обручи, гимнастические лавочки, ребристая доска, массажные коврики..

### Учебно-тематический план

| № п/п | Наименование темы   | Количество занятий |
|-------|---|--------------------|
|       | <b>Сентябрь</b>   | 1                  |
|       | Мой веселый звонкий мяч                                       |                    |
|       | Веселые воробышки.  | 1                  |
|       | Волшебное колесо.   | 1                  |
|       | Развлечение №1 «Поиграем?»                                    | 1                  |
|       | <b>Ноябрь.</b>  | 1                  |
|       | Встреча с грибом боровиком.                                   |                    |
|       | Ежик, ежик, ни головы, ни ножек.                              | 1                  |
|       | Мы – медвежата.   | 1                  |
|       | Развлечение №2 «Поиграем?».                                   | 1                  |
|       | <b>Декабрь.</b>   | 1                  |
|       | Мы веселые игрушки.   |                    |
|       | В гости к снеговiku.  | 1                  |
|       | В лес за елкой.   | 1                  |
|       | Путешествие в Сказкоград (развлечение для детей и родителей). | 1                  |
|       | <b>Январь.</b>  | 1                  |
|       | Мы – пловцы.  |                    |
|       | Летчики.  | 1                  |
|       | Веселые кегли.  | 1                  |
|       | Развлечение № 4 «Поиграем?».                                  | 1                  |
|       | <b>Февраль.</b>   | 1                  |
|       | К нам пришел доктор Пилюлькин.                                |                    |
|       | Путешествие на поезде.  | 1                  |
|       | Защитники Отечества.  | 1                  |
|       | Развлечение №5 «Поиграем?».                                   | 1                  |
|       | <b>Март.</b>  | 1                  |
|       | Весна в лесу.   |                    |
|       | В гости к солнышку  | 1                  |
|       | Вперед на пляж  | 1                  |
|       | Развлечение №6 «Поиграем?».                                   | 1                  |

|  |   |    |
|--|---|----|
|  | <b>Апрель.</b><br>Мы - Веселые петрушки.                    | 1  |
|  | Юные космонавты.  | 1  |
|  | Репка.  | 1  |
|  | Развлечение №7 «Поиграем?».                                 | 1  |
|  | <b>Май.</b><br>В гости к ежику                              | 1  |
|  | Цыплята   | 1  |
|  | Туристы   | 1  |
|  | Итоговое занятие. Развлечение «Приключение в стране сказок» | 1  |
|  | Всего:  | 32 |

## **Месяц: Октябрь.**

### **1. Тема 1. Вводное занятие. Мой веселый звонкий мяч.**

Знакомство с расписанием кружка, с формой одежды для занятий. (Устная консультация, памятки)

Изучение упражнений для сохранения равновесия при ходьбе по ограниченной площади, закрепление умения прокатывать мяч в определенном направлении, подбрасывание и ловля мяча, не прижимая его к груди; совершенствование навыков выполнения упражнений с мячами.

### **2. Тема 2. Веселые воробышки.**

Изучение упражнений для сохранения равновесия в ходьбе по ограниченной площади; имитация повадок птиц; закрепление умения прыгать на двух ногах; совершенствование навыков ходьбы и бега; обогащение жизненного опыта детей знакомство с окружающим миром.

### **3. Тема 3. Волшебное колесо .**

Изучение упражнений для сохранения равновесия при ходьбе по ограниченной площади; закрепление умения прыгать на обеих ногах с продвижением вперед; совершенствование навыков действия с обручами.

### **4. Тема 4. Развлечение № 1«Поиграем».**

Обучение детей выполнению выразительных движений в соответствии с музыкой, закрепление выполнения основных видов движений осознанно, быстро и ловко, обучение играм с элементами соревнования.

## **Месяц: Ноябрь.**

### **5. Тема 5. Встреча с грибом боровиком.**

Обучение ходьбе по ограниченной поверхности, сохранение равновесия, закрепление навыков ползания, совершенствование навыков прыжков на двух ногах через гимнастические палки, продолжение знакомства с окружающим миром, разгадывание загадок.

### **6. Тема 6. Ежик, ежик, ни головы, ни ножек.**

Метание шишек на дальность, разгадывание загадок, развитие глазомера, фантазии, закрепление умения сохранять равновесие при ходьбе между кубиками, совершенствование навыков ходьбы и бега, продолжение знакомства детей с окружающим миром.

### **7. Тема 7. Мы - медвежата.**

Обучение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади, закрепление навыков лазанья по гимнастической стенке, совершенствование навыков ходьбы и бега, воспитание любви к природе и бережное к ней отношение.

### **8. Тема 8. Развлечение №2 «Поиграем?»**

Выполнение выразительных движений в соответствии с музыкой, закрепление выполнения основных движений осознанно, быстро и ловко, обучение играм с элементами соревнования.

## **Месяц: Декабрь.**



**9. Тема 9. Мы - веселые игрушки.**

Закрепление умения подлезать под препятствия ограниченной высоты (в приседе, в положении лежа), совершенствование умения сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади.

**10. Тема 10. В гости к снеговiku.**

Выполнение упражнения в паре, согласованно с партнером, закрепление умения подлезать под дугу, не касаясь руками пола, совершенствование навыка прыжков в длину ходьбы и бега по ограниченной площади.

**11. Тема 11. В лес за елкой.**

Обучение метанию, развитие глазомера, закрепление навыков ходьбы между предметами, сохранение равновесия, совершенствование навыков ходьбы и бега, обогащение эмоционального опыта.

**12. Тема 12. Путешествие в Сказкоград (развлечение для детей и родителей).**

Укрепление взаимоотношений между детьми и родителями, формирование элементов ЗОЖ в семьях, воспитание интереса к спортивным развлечениям.

**Месяц: Январь.**

**13. Тема 13. Мы - пловцы.**

Сохранение равновесия при ходьбе по ограниченной плоскости, прыгивание на мат, слегка сгибая ноги в коленях, закрепление умения ползать на спине, отталкиваясь руками и ногами, совершенствование двигательных навыков, развитие фантазии.

**14. Тема 14. Летчики.**

Обучение прыжкам на двух ногах с продвижением вперед, закрепление навыков бега по ограниченной площади, совершенствование навыков выполнения упражнений с обручами, продолжение знакомства с профессиями.

**15. Тема 15. Веселые кегли.**

Обучение сохранению равновесия при ходьбе и беге между предметами, закрепление умения прокатывать мяч ногой между предметами, совершенствование навыков ходьбы и бега, развитие глазомера.

**16. Тема 16. Развлечение № 4 «Поиграем?».**

Выполнение выразительных движений в соответствии с музыкой, закрепление выполнения основных видов движений осознанно, быстро и ловко, обучение играм с элементами соревнования.

**Месяц: Февраль.**

**17. Тема 17. К нам пришел доктор Пилюлькин.**

Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди движением локтей снизу вверх, закрепление умения пробегать под вращающейся скамейкой, совершенствование навыков подлезания под дугу и гимнастическую скамейку, развитие интереса к занятиям физкультурой.

**18. Тема 18. Путешествие на поезде.**

Знакомство с разнообразными видами ходьбы, закрепление умения сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади, совершенствование навыков ползания и прыжков на ногах с продвижением вперед, продолжение знакомства с окружающим миром.

**19. Тема 19. Защитники Отечества.**

Развитие смелости и решительности, выносливости, закрепление умения играть в эстафеты, повышение педагогической компетентности родителей в физическом воспитании детей.

**20. Тема 20. Развлечение №5 «Поиграем?»**

Выполнение выразительных движений в соответствии с музыкой, закрепление выполнения основных видов движений осознанно и ловко, обучение играм с элементами соревнований.

**Месяц: Март.**

**21. Тема 21. Весна в лесу.**

Сохранение равновесия при ходьбе по ограниченной плоскости, закрепление навыков спрыгивания на мягкую поверхность, совершенствование навыков ползания.

**22. Тема 22. В гости к солнышку.**

Сохранение равновесия при ходьбе по ограниченной плоскости, закрепление умения прыгать на двух ногах, пролезая в обруч, не задевая верхний край спиной и пол – руками, совершенствование навыков выполнения упражнений с обручами.

**23. Тема 23. Вперед на пляж.**

Спрыгивание со скамейки на мягкую поверхность, слегка сгибая колени, закрепление умения ползать на животе, совершенствование навыков ходьбы и бега, способствование развитию фантазии.

**24. Тема 24. Развлечение №6 «Поиграем?» .**

Выполнение выразительных движений в соответствии с музыкой, закрепление выполнения основных видов движений осознанно, быстро и ловко, обучение играм с элементами соревнований.

**Месяц: Апрель.**

**25. Тема 25. Мы - Веселые петрушки.**

Сохранение равновесия при ходьбе, боком по ограниченной площади, закрепление умения действовать с мячом, совершенствование навыков ходьбы и бега, воспитание интереса к физкультурным занятиям

**26. Тема 26. Юные космонавты.**

Сохранение равновесия, закрепление навыков подбрасывания и ловли мяча, совершенствование навыков метания, развитие глазомера.

**27. Тема 27. Репка.**

Обучение сохранять равновесие при ходьбе между предметами, закрепление навыков ползания под дугами, не задевая край дуги спиной, совершенствование навыков прыжков через препятствия, развитие фантазии.

**28. Тема 28. Развлечение №7 «Поиграем?».**

Обучение выполнению выразительных движений в соответствии с музыкой, закрепление выполнения основных видов движений осознанно, быстро и ловко, обучение играм с элементами соревнования.

**Месяц: Май.**

**29. Тема 29. В гости к ежику.**

Обучение сохранению равновесия на ограниченной поверхности и приподнятой площади; закрепление умения спрыгивать с высоты 30-50 см; совершенствование навыков подлезания под дуги правым и левым боком, не касаясь руками пола.

**30. Тема 30. Цыплята.**

Обучение прыжкам в длину с места, закрепление умения правильно занимать исходное положение и правильно выполнять замах при метании вдаль из свободной стойки (рука поднимается вверх и назад); совершенствование навыков сохранения равновесия при ходьбе по ограниченной площади.

**31. Тема 31. Туристы.**

Выполнение действий по сигналу инструктора, совершенствование двигательных умений и навыков.

**32. Тема 32. Итоговое занятие. Развлечение «Приключение в стране сказок» .**

Активное использование приобретенными двигательными навыками: бег с высоким подниманием колена, сменой направления, работа с обручем, способствование возникновению у детей радостных эмоций от двигательной деятельности, знакомство родителей с результатами деятельности кружка, повышение педагогической компетенции родителей воспитанников.

| № п/п | Название | Содержание занятия | Оборудование | Планируемый |
|-------|----------|--------------------|--------------|-------------|
|-------|----------|--------------------|--------------|-------------|

| Месяц, неделя              | темы занятия                |  |  | результат   |
|----------------------------|-----------------------------|--|--|---|
| <u>Октябрь</u><br>1 неделя | Мой веселый звонкий мяч.    | Учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади закреплять умение прокатывать мяч в определенном направлении, подбрасывать и ловить мяч, не прижимая его к груди; совершенствовать навыки выполнения упражнений с мячами.    | Мячи диаметром 40 см по количеству детей, дуга (высота 50 см, корзина, гимнастическая скамейка (высота 20 см, мат, игрушечная лисичка.   | Проявляет самоконтроль и самооценку при выполнении упражнений с мячом; адекватно воспринимает замечание педагога; доброжелательно взаимодействует со сверстниками в игре.   |
| <u>Октябрь</u><br>2 неделя | Веселые воробышки.          | Учить сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади; Учить имитировать повадки птиц; закреплять умение прыгать на двух ногах; совершенствовать навыки ходьбы и бега; обогащать жизненный опыт детей знакомство с окружающим миром. | Гимнастическая скамья, (Высота 30 см, кубик (ориентир), шапочка кота.  | Самостоятельно осуществляет поиск способов решения познавательных задач; эмоционально и выразительно передает в движении игровые образы, умеет договариваться и оказывать помощь своим сверстникам в совместной деятельности. |
| <u>Октябрь</u><br>3 неделя | Волшебное колесо.           | Учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади; закреплять умение прыгать на обеих ногах с продвижением вперед; совершенствовать навыки действий с обручами.  | Обручи диаметр 40 по количеству детей, обруч (диаметр 50 см) на подставке, украшенный обруч для инструктора (диаметр 50 см, дорожка из обручей (d=40см, 6 шт., ребристая доска, бублики по количеству детей, медвежонок игрушка. | Активно и доброжелательно взаимодействует с педагогом и сверстниками в решении игровых и познавательных задач, адекватно воспринимает замечания педагога; ориентируется в пространстве.                                       |
| <u>Октябрь</u><br>4 неделя | Развлечение № 1 «Поиграем?» | Учить детей выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, закреплять выполнение основных видов движений осознанно, быстро и ловко, учить играм с элементами соревнования.   | Кубики по одному на каждого ребенка, 10-12 обручей, пластмассовые мячи, три корзины для игры «Салют, аудио запись для ритмичного танца «Ковбой».   | Дети ритмично танцуют под музыку, активно участвуют в играх эстафетах.  |
| <u>Ноябрь</u>              | Встреча с грибом боровиком. | Учить ходьбе по ограниченной поверхности, сохраняя равновесие,   | 6 кубов (20*20см, 3 дуги (высота 50 см,  | Выразительно передает в движении игровые образы,  |

|                                   |                                  |   |   |  |
|-----------------------------------|----------------------------------|---|---|--|
| <u>1 неделя</u>                   |                                  | закреплять навыки ползания, совершенствовать навыки прыжков на двух ногах через гимнастические палки, продолжать знакомить с окружающим миром, учить разгадывать загадки.   | гимнастическая скамейка (высота 25см, корзина с яблоками и игрушечными грибами по количеству детей, осенние листья из цветной бумаги (картона, 2 обруча (диаметр 50 см, 2 корзинки.   | проявляет самоконтроль и самооценку при выполнении упражнений с препятствиями, оказывает посильную помощь сверстникам при выполнении заданий.  |
| <u>Ноябрь</u><br><u>2 неделя</u>  | Ежик, ежик, ни головы, ни ножек. | Учить метать шишки на дальность, разгадывать загадки, развивать глазомер, фантазию, закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе между кубиками, совершенствовать навыки ходьбы и бега, продолжать знакомить детей с окружающим миром. | Шишки по количеству детей, кубики - 5 шт, дорожка (длина 3 м, ширина 20см, обруч (диаметр 50 см, корзина, игрушечные ежата (3-4 шт., яблоки по количеству детей, аудиозапись «Звуки природы («Шум леса») и веселая танцевальная музыка. | Самостоятельно находить способы решения познавательных задач, выразительно и эмоционально передает в движении игровые образы, выполняет упражнения с предметами по правилам безопасности.                            |
| <u>Ноябрь</u><br><u>3 неделя</u>  | Мы - медвежата.                  | Учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади, закреплять навыки лазанья по гимнастической стенке совершенствовать навыки ходьбы и бега, продолжать воспитывать любовь к природе и бережное к ней отношение.                | Гимнастическая стенка, наклонная доска, 2 мяча (диаметр 20см, 2 обруча (диаметр 50 см)  | Активно и доброжелательно взаимодействует с педагогом и сверстниками в решении игровых и познавательных задач, выполняет упражнения на гимнастической стенке по правилам безопасности, ориентируется в пространстве. |
| <u>Ноябрь</u><br><u>4 неделя</u>  | Развлечение №2 «Поиграем»        | Учить детей выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, закреплять выполнение основных движений осознанно, быстро и ловко, учить играм с элементами соревнования.  | Мячи по одному на каждого ребенка, 10 кеглей, мячи для игры «перебрось мяч», волейбольная сетка, аудио запись для ритмичного танца «Ковбой».  | Весело и ритмично танцует под музыку, передавая образ с помощью танцевальных движений, помогают друг другу во время игр - соревнований   |
| <u>Декабрь</u><br><u>1 неделя</u> | Мы - веселые игрушки.            | Закреплять умение подлезать под препятствия ограниченной высоты (в приседе, в положении лежа,   | 2 гимнастические скамейки, доска, дуги, обручи и мячи, на каждого   | Выразительно и эмоционально передает в движении игровые образы,  |

|                                   |  |  |   |  |
|-----------------------------------|--|--|---|--|
|                                   |  | совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади.   | ребенка, игрушки: бычок, машина, козленок, змейка, мышка и мишка.   | проявляет самоконтроль при выполнении пролезания под препятствия, оказывает посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий  |
| <u>Декабрь</u><br><u>2 неделя</u> | В гости к снеговикам   | Учить выполнять упражнения в паре, согласованно с партнером, закреплять умение подлезать под дугу, не касаясь руками пола, совершенствовать навыки прыжков в длину ходьбы и бега по ограниченной площади | 3 дуги, коврик, 2 наклонные доски, игрушечный снеговик  | Умеет договариваться с партнером во время выполнения упражнений в паре, выполняет прыжки в длину по правилам безопасности, выразительно передает в позе название статичной фигуры, проявляет фантазию.   |
| <u>Декабрь</u><br><u>3 неделя</u> | В лес за елкой   | Учить метанию, развивать глазомер, закреплять навыки ходьбы между предметами, сохраняя равновесие, совершенствовать навыки ходьбы и бега, обогащать эмоциональный опыт.                                  | Мешочки с песком по количеству детей, корзины мишени для метания, кегли-6 шт., бумажные снежинки по количеству детей, игрушечная елка.        | Проявляет самостоятельность в поиске способов решения познавательных задач, умеет договариваться и доброжелательно взаимодействовать со сверстниками в сюжетно-ролевой игре, ориентируясь в пространстве |
| <u>Декабрь</u><br><u>4 неделя</u> | Путешествие в Сказкоград (развлечение для детей и родителей) | Укреплять взаимоотношения между детьми и родителями, формировать элементы ЗОЖ в семьях, воспитывать интерес к спортивным развлечениям.   | Ведерки-2шт., обручи-6шт., гимнастические палки-2шт., мячи средние -2 шт., веревка, маленькие мячи-6 шт. канат, кукла, рюкзак, маска медведя. | Активно участвует в эстафетах и играх, знает сказки, доброжелательно взаимодействует со сверстниками, педагогом и родителями, выразительно передает образы героев различных сказок.                      |
| <u>Январь</u><br><u>1 неделя</u>  | Мы - пловцы.   | Учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, спрыгивать на мат, слегка сгибая ноги в коленях, закреплять умение ползать  | Две гимнастические скамейки, мат, шнур, шапочки лягушек.  | Выразительно и эмоционально передает в движении игровые образы, выполняет спрыгивание на   |

|                                   |                                |  |   |   |
|-----------------------------------|--------------------------------|--|---|---|
|                                   |                                | на спине, отталкиваясь руками и ногами, совершенствовать двигательные навыки, развивать фантазию.  |   | маты по правилам безопасности, оказывает бескорыстную помощь своим сверстникам во время выполнения заданий  |
| <u>Январь</u><br><u>2 неделя</u>  | Летчики                        | Учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперед, закреплять навыки бега по ограниченной площади, совершенствовать навыки выполнения упражнений с обручами, продолжать знакомить с профессиями. | Обручи, по количеству детей, 2 обруча, 2 наклонные доски.   | Самостоятельно осуществляет поиск способов решения познавательных задач, выразительно и эмоционально передает в движении игровые образы, ориентируясь в пространстве. |
| <u>Январь</u><br><u>3 неделя</u>  | Веселые кегли                  | Учить детей сохранять равновесие при ходьбе и беге между предметами, закреплять умение прокатывать мяч ногой между предметами, совершенствовать навыки ходьбы и бега, развивать глазомер.              | Большая кегля украшенная и наряженная как матрешка, малые кегли по количеству детей, мячи по количеству детей, ленты по две на каждого ребенка. Умеет сохранять правильную осанку и ориентироваться в пространстве во время выполнения движений между предметами, выразительно и эмоционально выполняет упражнения с лентами, умеет договариваться со сверстниками в совместной деятельности. |   |
| <u>Январь</u><br><u>4 неделя</u>  | Развлечение № 4<br>«Поиграем?» | Учить детей выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, закреплять выполнение основных видов движений осознанно, быстро и ловко, учить играм с элементами соревнования.                 | Султанчики, аудио запись для ритмичного танца «ламбада», 2 скамейки средние мячи, 2 палки для упражнения «Мотальщики», волейбольная сетка для игры перебрось мяч.   | Активно и доброжелательно взаимодействует со сверстниками в сюжетно – ролевых играх, оказывает им посильную помощь  |
| <u>Февраль</u><br><u>1 неделя</u> | К нам пришел доктор Пилюлькин. | Учить забрасывать мяч в корзину двумя руками от груди движением локтей снизу вверх, закреплять умение пробегать под вращающейся  | Мячи по количеству детей, корзина, длинная скакалка, гимнастическая скамейка, дуга.   | Проявляет самоконтроль и самооценку во время выполнения упражнений с мячом  |

|                                   |                             |  |  |   |
|-----------------------------------|-----------------------------|--|--|---|
|                                   |                             | скамейкой, совершенствовать навыки подлезания под дугу и гимнастическую скамейку, развивать интерес к занятиям физкультурой.   |  | адекватно воспринимает замечания педагога, доброжелательно взаимодействует со сверстниками в игре.  |
| <u>Февраль</u><br><u>2 неделя</u> | Путешествие на поезде       | Учить разнообразным видам ходьбы, закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади, совершенствовать навыки ползания и прыжков на ногах с продвижением вперед, продолжать знакомить с окружающим миром. | Две наклонные доски  | Активно и доброжелательно взаимодействует с педагогом и сверстниками в решении игровых и познавательных задач, ориентируется в пространстве, выразительно и эмоционально передает в движении игровые образы |
| <u>Февраль</u><br><u>3 неделя</u> | Защитники Отечества         | Развивать смелость и решительность, выносливость, закреплять умение играть в эстафеты, повышать педагогическую компетентность родителей в физическом воспитании детей.   | 2-3 обруча, 2-3 конверта, 2-3 мешка для прыжков, 16-24 малых мяча, 2-3 корзинки, кегли, 2-3 повязки на глаза.      | С удовольствием принимает участие в конкурсах с папами, эмоционально и доброжелательно относится к соперникам и товарищам по команде.   |
| <u>Февраль</u><br><u>4 неделя</u> | Развлечение № 5 «Поиграем?» | Учить детей выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, закреплять выполнение основных видов движений осознанно и ловко, учить играм с элементами соревнований.   | Султанчики, аудиозапись для ритмичного танца «Ламбада», 10 медболов, 2 палки, волейбольная сетка и резиновые мячи. | Проявляет творчество во время исполнения танцев, активно и доброжелательно взаимодействует со сверстниками.   |
| <u>Март</u><br><u>1 неделя</u>    | Весна в лесу.               | Учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, закреплять навыки спрыгивания на мягкую поверхность, совершенствовать   | Гантели по количеству детей, гимнастическая скамейка, мат, 2 дуги, 2 мяча, 6 гимнастических                        | Имеет представление о временах года, называет характерные признаки, активно и доброжелательно   |



|                           |                             |  |  |   |
|---------------------------|-----------------------------|--|--|---|
|                           |                             | навыки ползания.   | палок.   | взаимодействует с педагогом и сверстниками в решении игровых задач, выполняет упражнения с предметами по правилам безопасности  |
| <u>Март</u><br>2 неделя   | В гости к солнышку          | Учить сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, закреплять умение прыгать на двух ногах, пролезая в обруч, не задевая верхний край спиной и пол – руками, совершенствовать навыки выполнения упражнений с обручами. | Обручи по количеству детей, наклонная доска, нарисованное солнышко.  | Самостоятельно находить способы решения познавательных задач, выразительно и эмоционально передает в движении игровые образы, доброжелательно взаимодействует со сверстниками в подвижной игре. |
| <u>Март</u><br>3 неделя   | Вперед на пляж              | Учить спрыгиванию со скамейки на мягкую поверхность, слегка сгибая колени, закреплять умение ползать на животе, совершенствовать навыки ходьбы и бега, способствовать развитию фантазии.   | Ребристая доска, гимнастическая скамейка, мат.   | Проявляет самоконтроль и самооценку во время выполнения прыжков со скамейки, адекватно воспринимает замечания педагога, доброжелательно взаимодействует со сверстниками в подвижной игре.       |
| <u>Март</u><br>4 неделя   | Развлечение № 6 «Поиграем?» | Учить детей выполнять выразительные движение в соответствии с музыкой, закреплять выполнение основных видов движений осознанно, быстро и ловко, учить играм с элементами соревнований.   | Аудиозапись для ритмичного танца «Русский», кубики, 10 кеглей, мячи двух цветов, 3 корзины для игры салют. | Проявляет самоконтроль и самооценку, активно участвует в играх состязательного характера.   |
| <u>Апрель</u><br>1 неделя | Мы - Веселые петрушки       | Учить сохранять равновесие при ходьбе, боком по ограниченной площади, закреплять умение действовать с мячом,   | Гимнастическая стенка 2 гимнастические скамейки, мячи по количеству детей,                                 | Активно и доброжелательно взаимодействует со сверстниками в сюжетно –   |

|                                  |                               |  |  |  |
|----------------------------------|-------------------------------|--|--|--|
|                                  |                               | совершенствовать навыки ходьбы и бега, воспитывать интерес к физкультурным занятиям  | воздушные шары по количеству детей<br>косынка для завязывания глаз, 2 подноса, 2 гимнастические палки, 2 обруча.   | ролевых играх, оказывает им посильную помощь, умеет выполнять дыхательные упражнения.  |
| <u>Апрель</u><br><u>2 неделя</u> | Юные космонавты               | Учить сохранять равновесие, закреплять навыки подбрасывания и ловли мяча, совершенствовать навыки метания, развивать глазомер.   | Мячи горизонтальная цель, мешочки с песком<br>4 дуги, воздушные шары, кегли для ориентиров.  | Выразительно передает в движении игровые образы, активно и доброжелательно взаимодействует с педагогом и детьми в решении игровых задач                                  |
| <u>Апрель</u><br><u>3 неделя</u> | Репка                         | Учить сохранять равновесие при ходьбе между предметами, закреплять навыки ползания под дугами, не задевая край дуги спиной, совершенствовать навыки прыжков через препятствия, развивать фантазию. | 6 кеглей, поставленных в один ряд, 2 кегли с прикрепленными к ним репками<br>3 дуги, 5 брусков, картонные раскрашенные репки<br>персонажи кукольного театра из сказки «Репка». | Выразительно и эмоционально передает в движении сказочные образы, взаимодействует со сверстниками по правилам проведения подвижных игр, оказывает им бескорыстную помощь |
| <u>Апрель</u><br><u>4 неделя</u> | Развлечение №7<br>«Поиграем?» | Учить детей выполнять выразительно в соответствии с музыкой движения, закрепить выполнение основных видов движений осознанно, быстро и ловко, учить играм с элементами соревнования.               | Аудиозапись для ритмичного танца «Русский», 12 обручей, средние мячи, волейбольная сетка, резиновые мячи для игры «Перебрось мяч».   | Ловко перебрасывает мяч, танцует выполняя движения в соответствии с музыкой.   |
| <u>Май</u><br><u>1 неделя</u>    | В гости к ежику               | Учить сохранять равновесие на ограниченной поверхности и приподнятой площади; закреплять умение спрыгивать с высоты 30-50 см;  | Кубики (10*10 см, по количеству детей, гимнастическая скамейка (высота 30см, мат, 2 дуги   | Проявляет самоконтроль и самооценку при выполнении упражнений с предметами ориентируется в   |

|                               |   |  |  |   |
|-------------------------------|---|--|--|---|
|                               |   | совершенствовать навыки подлезания под дуги правым и левым боком, не касаясь руками пола.  | (высота 50 см, на расстоянии 50 см друг от друга, кубы (25*25 см на расстоянии 20 см, игрушечный ежик.   | пространстве, оказывает помощь сверстникам при выполнении заданий.  |
| <u>Май</u><br><u>2 неделя</u> | Цыплята.  | Учить прыгать в длину с места, закреплять умение правильно занимать исходное положение и правильно выполнять замах при метании вдаль из свободной стойки (рука поднимается вверх и назад) ; совершенствовать навыки сохранения равновесия при ходьбе по ограниченной площади.  | Гимнастическая скамейка (высота 25 см) мешочки с песком (вес 50г) по количеству детей, шапочка курочки (для инструктора, 2 стойки с натянутой на высоте 40 см веревкой, игрушечная кошка.  | Проявляет самоконтроль и самооценку при выполнении упражнений с мешочком, адекватно воспринимает замечания педагога, выразительно и эмоционально передает в движении игровые образы.  |
| <u>Май</u><br><u>3 неделя</u> | Туристы   | Учить выполнять действия по сигналу инструктора, совершенствовать двигательные умения и навыки.  | Гимнастические палки по количеству детей, юла, 2 красных лоскута, 2 обруча, пластмассовые рыбки с колечками на спинках по количеству детей, 2 удочки, 2 ведра, наборы игрушек фруктов и овощей, аудио запись песни если с другом вышел в путь. | Активно и доброжелательно взаимодействует с педагогом и сверстниками в решении игровых и познавательных задач, выражает положительные эмоции при прослушивании песен и их исполнении.   |
| <u>Май</u><br><u>4 неделя</u> | Итоговое занятие. Развлечение «Приключение в стране сказок» | Побуждать детей активно пользоваться приобретенными двигательными навыками, бег с высоким подниманием колена, сменой направления, активизировать действия в работе с обручем, способствовать возникновению у детей радостных эмоций от двигательной деятельности, познакомить родителей с результатами деятельности кружка, повышать педагогическую компетенцию родителей. | Ребристые дорожки, обручи для каждого ребенка, обруч большого размера, макет «Теремок», наглядный пособие избушка, игрушки волк, лисица, заяц, медведь, «Колобок»  | Дети имеют представление о сказках, активно участвуют в подвижных играх, помогают друг другу во время решения игровых задач; родители имеют представление о структуре занятий, возникает желание продолжать посещать кружок в дальнейшем. |