

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 «Образовательный центр»
имени героя Советского Союза Ганюшина П.М.
с. Сергиевск муниципального района Сергиевский Самарской области
структурное подразделение детский сад «Радуга»

***Программа по дополнительному образованию
физкультурно – спортивной направленности***

***для детей старшего дошкольного возраста
«ГТО – путь к здоровью»***

*Автор: инструктор по физической культуре
Салаховой Светланы Анатольевны*

Возраст обучающихся: 5 -6 лет

Содержание

1. Пояснительная записка	3
1.1. Актуальность, педагогическая целесообразность программы.....	3
1.2. Педагогическая целесообразность.....	4
1.3. Цели и задачи программы.....	4
2. Планируемые результаты освоения программы.....	6
3.Критерии и способы определения результативности.....	6
4.Учебный план.....	6
5.Тематическое планирование.....	6
6.Методическое обеспечение.....	15
7. Список использованной литературы.....	16

1. Пояснительная записка.

Тема внедрения ВФСК «ГТО» в общеобразовательной организации сейчас очень актуальна. Основная задача состоит в том, чтобы привлечь наибольшее количество воспитанников к участию в сдаче норм ВФСК «ГТО», а также мотивировать их к увеличению двигательной активности.

Направленность комплекса ГТО, общедоступность физических упражнений, включенных в его нормативы, их очевидная польза для укрепления здоровья и развития навыков и умений, необходимых в повседневной жизни, делают ВФСК «ГТО» популярным среди детей и родителей.

Все мы знаем, что именно в дошкольном возрасте закладывается основа для физического развития, здоровья и характера человека в будущем. В связи с преемственностью между детским садом и школой, именно дошкольное образование ориентирует детей, родителей, воспитателей детских садов на подготовку к сдаче комплекса ГТО в дошкольном возрасте.

Возрождение системы ГТО может реально повлиять на повышение уровня как психического, так и физического здоровья нации. Поэтому внедрение комплекса ГТО в детском саду решит многие проблемы в физическом и психическом развитии ребенка-дошкольника. Главное, что мы должны сделать сейчас как педагоги дополнительного образования - это активно внедрять ГТО в нашу жизнь среди детей и родителей. Интеграция ВФСК ГТО в систему дошкольного образования связана с выделением в комплексе 1й ступени (от 6 до 8 лет): воспитанники подготовительных групп (дети 6 лет) уже могут сдавать нормативы ВФСК ГТО. У воспитанников дошкольных образовательных учреждений необходимо не только развивать физические способности, но и формировать представление о ВФСК ГТО.

1.1. Актуальность, педагогическая целесообразность программы

В рамках программы «ГТО – путь к здоровью» осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, на формирование мотивации и потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, в овладении основными видами физкультурно-спортивной и игровой деятельности.

В центре программы в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами дошкольного образования (далее – ФГОС ДО) находится одна из ключевых задач: формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка ... (1.6.6 ФГОС ДО)

Программа призвана обеспечить достижение детьми личностных результатов, указанных во ФГОС ДО: ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со взрослыми и сверстниками, участвует в совместных играх.

Новизна программы состоит в том, что она по форме организации образовательного процесса она является модульной. Учебный план программы состоит из 3 модулей.

Программа является пропедевтическим курсом для развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья в рамках подготовки к выполнению видов испытаний (тестов) и норм Комплекса ГТО в раннем дошкольном возрасте.

Отличительные особенности программы состоят в том, что занятия по данной программе способствуют максимальному удовлетворению общечеловеческих потребностей, благодаря разнообразию осваиваемых разделов теоретического и практического характера (вопросы здорового питания; разнообразные виды гимнастики, упражнения с предметами, подвижные игры и др.).

1.2. Педагогическая целесообразность.

Воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни – одна из приоритетных задач национальной политики государства. Использование разнообразных видов деятельности с помощью двигательных действий имеет свою педагогическую целесообразность, так как способствует гармоническому развитию личности.

При составлении дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «ГТО – путь к здоровью» были взяты за основу нормативно-правовые акты:

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

- СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (Требования к организации образовательного процесса).

- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».

Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Распоряжение правительства Самарской области от 09.08.2019г. № 748р «О внедрении модели функционирования системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификатов персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам».

- Приказ Министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019г. № 262-ОД « Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата

персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам».

- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей»; протокол №11 от 30.11.16г., заседания президиума Совета при Президенте России по стратегическому развитию и приоритетным проектам.

- Указ Президента РФ от 24 марта 2014 г. N 172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО).

- Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540 "Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО).

1.3. Цели и задачи программы.

Цель программы: приобщение детей к здоровому активному образу жизни и формирование интереса к спорту посредством физкультурно-оздоровительной организации с помощью внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в систему работы дошкольного учреждения.

Задачи программы:

- Снизить уровень заболеваемости воспитанников и повысить индекс здоровья.
- Познакомить детей с программой ГТО, традицией их проведения, символикой.
- Сформировать у воспитанников общие представления о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности; сознательного и ответственного отношения к своему здоровью.

- Продолжать работу по созданию условий, содействующих сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей.

- Содействовать формированию осознанного отношения к здоровому образу жизни и формированию физических качеств и двигательных способностей, в игровой и соревновательной деятельности.

- Разработать инновационные методы и формы подготовки детей 6-7 лет для эффективной и комплексной сдачи норм ГТО первой степени.

- Осуществлять преемственные связи при подготовке к школе в условиях детского сада — образовательная область «Физическое развитие»

Направленность программы: физкультурно-спортивная с общекультурным уровнем усвоения норм и ценностей современного общества.

Возраст детей и срок реализации программы

Срок реализации программы: 2 года, для детей 5-7 лет

Формы организации занятий

Основными формами организации обучающего процесса в объединении являются: групповые занятия, индивидуальные, комбинированные; теоретические занятия (в форме бесед), культурно-массовые мероприятия.

Методы и приемы проведения занятий:

- словесные методы (рассказ, объяснения, указания);
- наглядные методы (показ, демонстрация);
- практические методы (опробование упражнения, самостоятельное, соревнования).

Режим занятий: 3,5 часа в неделю. Время 1 занятие – 30 минут, время перерывов между занятиями от 5 до 10 минут.

2. Планируемые результаты освоения программы.

1. Приобретение опыта в следующих видах поведения детей: двигательном, в том числе связанном с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

2. Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

3. Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

3. Критерии и способы определения результативности

1. Усвоение теоретических знаний (беседа);
2. Устойчивость интереса к занятиям физической культурой (индивидуальная беседа, коллективная рефлексия);
3. Физическое развитие воспитанников (педагогическое наблюдение).
4. Выполнение нормативов (тестов) ВФСК ГТО для дошкольников (1 ступень).

4. Учебный план

п/п	Наименование модулей и тематика	Всего	Теория	Практика
	1 модуль. Основы двигательной (физкультурно-оздоровительной) деятельности.	40	11	24
	2 модуль. ФСК ГТО для дошкольников.	40	9	31
	3 модуль. Совершенствование двигательных умений. Лёгкая атлетика	46	14	32
	Всего:	126	48	78

5. Тематическое планирование первого года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество занятий	Формы аттестации техника выполнения
1 модуль	«Основы двигательной (физкультурно-оздоровительной) деятельности»	32	Выполнение комплекса

			упражнений без предметов и с предметами
1	Правила ТБ при проведении занятий; выполнении упражнений, правила поведения в зале. Основы здорового образа жизни.	1	вводный мониторинг
2	ЗОЖ. Режим дня.	1	коллективная рефлексия
3 4	Пальчиковая гимнастика. Самомассаж пальцев рук.	2	Демонстрация
5 6	Упражнения для восстановления дыхания. Упражнения для разогрева мышц.	2	повторение не более 5-10 минут
7 8	Упражнения на дыхание: самолёт, ветерок, мышка и мишка	2	повторение не более 5-10 минут
9 10	ОФП. Строевые упражнения. команда «равняйся!», «смирно», «вольно». Общеразвивающие упражнения без предметов.	2	Строевые упражнения ОРУ без предметов
11 12	ОФП. Строевые упражнения; расчет «на первый-второй, третий». Выполнение упражнений в ходьбе змейкой в колонне по одному и парами.	2	Строевые упражнения; ходьба в колонне, парами.
13 14	Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов. Наклоны туловища вперёд из положения сидя.	2	ОРУ без предметов
15 16	ОРУ в движении. Отработка умений правильно выполнять упражнения в движении.	2	Выполнение комплекса упражнений без предметов
17 18	Общеразвивающие упражнения с кубиками.	2	ОРУ с предметами
19 20	Общеразвивающие упражнения с флажками.	2	ОРУ с предметами (флажки)
21 22	Общеразвивающие упражнения с обручами.	2	ОРУ с предметами (обруч)
23 24	Общеразвивающие упражнения с мячами.	2	ОРУ с предметами (мяч)
25 26	Разучивание комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.	2	Выполнение комплекса упражнений с предметами
27 28	Разучивание подвижной игры «Быстро возьми, быстро положи»,	2	
29 30	Разучивание подвижной игры «Сбей кеглю», «Зайцы в огороде».	2	
31 32	Игровые эстафеты.	2	

2 м.	«Первые шаги к ГТО: от теории к практической деятельности»	52	Техника выполнения упражнений
33	История возникновения ГТО.	1	Беседа
34 35 36	Правильное питание. О полезных и вредных продуктах	3	Интерактивная игра
37 38 39 40 41 42	Упражнения для рук, шеи, туловища, ног.	6	
43 44	Отработка умений правильно выполнять упражнения на месте.	2	
45 46	Выполнение общеразвивающих упражнений с мячом.	2	Техника выполнения ОРУ с предметами
47 48 49 50 51 52	Техника ходьбы и бега. Ходьба с фиксацией рук на пояс, за спину. Обычная ходьба, ходьба на носках.	6	Техника ходьбы и бега
53 54 55 56 57	Изучение техники бега. Перебежки. Бег в прямом направлении.	5	Техника выполнения челночного бега
58 59	Эстафеты с бегом.	2	
60 61	Бег в медленном и среднем темпе.	2	
62 63 64 65 66	Обучение прыжкам в длину	5	Техника выполнения прыжков в длину
67 68	Закрепление прыжковой техники.	2	
69 70	Прыжки на мягкое препятствие.	2	
71 72	Прыжки в длину с разбега. Изучение техники разбега.	2	Техника выполнения прыжков в длину
73 74	Обучение технике метания мяча. Метание из-за головы из положения стоя по направлению броска.	2	Техника метания мяча

75 76	Упражнения на овладение техникой метания; как держать снаряд; положение натянутого лука; как выпустить снаряд; сохранить устойчивое положение.	2	
78	Упражнения на точность, на дальность броска.	1	
79 80 81	Метание мяча в щит с увеличением расстояния (мальчики-6 метров, девочки-4 метра).	3	
82	Игры на развитие ловкости «Удочка», «Попробуй, поймай».	1	
83	Игры на закрепление способностей бега «Кот и мышки».	1	
84	Игры на координацию движений: «Не урони мяч».	1	
3 м.	«Физическое совершенствование»	42	Выполнение тестов из комплекса ГТО
85 86 87 88 89	Упражнения из физкультурно-спортивного комплекса ГТО.	5	
90	Общеразвивающие упражнения без предметов.	1	
91 92	Эстафеты с предметами.	2	
93 94 95 96 97	Объяснение правильности выполнения упражнения.	5	
98 99	Техника челночного бега.	2	
100 101 102	Челночный бег.	3	Челночный бег
103 104 105 106 107	Прыжковая техника.	5	
108 109 110	Прыжки в длину с места.	3	
111 112 113	Отработка навыков прыжков в длину с места	3	Прыжки в длину
115 116 117 118 119	Объяснение правильности выполнения упражнения: метание малого мяча.	5	
120 121 122 123 124	Метание малого мяча в цель с места.	5	Метание мяча

125 126	Игры с метанием мяча. Игра «Охотники и утки».	2	Итоговое занятие
	Всего	126 часов	

Тематическое планирование второго года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество занятий	Формы аттестации техника выполнения
1 модуль	«Основы двигательной (физкультурно-оздоровительной) деятельности»	32	Выполнение комплекса упражнений без предметов и с предметами
1	Здоровый образ жизни. Правила ТБ при проведении занятий; выполнении упражнений	1	вводный мониторинг
2	Режим дня. Утренняя зарядка.	1	коллективная рефлексия
3 4	Пальчиковая гимнастика. Самомассаж пальцев рук. Пальчиковые игры с речевым сопровождением. «Конструирование из пальцев различных предметов и объектов.	2	Демонстрация
5 6	Суставная гимнастика. Упражнения для разогрева мышц; для спины и туловища; для восстановления дыхания	2	повторение не более 5-10 минут
7 8	Дыхательная гимнастика. Упражнения на дыхание: самолёт, ветерок, мышка и мишка	2	повторение не более 5-10 минут
9 10	ОФП. Строевые упражнения. команда «равняйся!», «смирно», «вольно». Общеразвивающие упражнения без предметов: «на параде», «вырастем большими»; «велосипед», «маятник», «кошка», «мячик».	2	Строевые упражнения ОРУ без предметов
11	ОФП. Строевые упражнения; расчет «на первый-второй,	2	Строевые

12	третий»; перестроение из одной шеренги в две, Упражнение в ходьбе змейкой в колонне по одному и парами. Повороты на месте, направо и налево по счету. Остановка после ходьбы всем одновременно		упражнения; ходьба в колонне, парами.
13 14	Разучивание комплекса общеразвивающих упражнений без предметов: для рук, шеи, туловища, ног. Наклоны туловища вперёд из положения сидя, стоя.	2	ОРУ без предметов
15 16	ОРУ на месте и в движении. Отработка умений правильно выполнять упражнения на месте и в движении.	2	Выполнение комплекса упражнений без предметов
17 18	Общеразвивающие упражнения с предметами: использование кубиков: передача из рук в руки, за спиной, под ногами.	2	ОРУ с предметами
19 20	Общеразвивающие упражнения с флажками: наклоны, выпады, приседания, повороты, махи.	2	ОРУ с предметами (флажки)
21 22	Общеразвивающие упражнения с предметами: использование обруча: повороты, наклоны, приседания.	2	ОРУ с предметами (обруч)
23 24	Общеразвивающие упражнения с предметами: использование мяча: прыжки.	2	ОРУ с предметами (мяч)
25 26	Разучивание комплекса общеразвивающих упражнений с предметами и отработка правильности выполнения (мяч, обруч, флажки, кубики)	2	Выполнение комплекса упражнений с предметами
27 28	Разучивание подвижных игр «Быстро возьми, быстро положи», «Сбей кеглю», «Зайцы в огороде».	2	
29 30	Разучивание подвижных игр «Быстро возьми, быстро положи», «Сбей кеглю», «Зайцы в огороде». Эстафеты.	2	
31 32	Разучивание подвижных игр «Кто быстрее до флажка», «Перебежки», «Бездомный заяц» и отработка игровых моментов.	2	
2 м.	«Первые шаги к ГТО: от теории к практической деятельности»	52	Техника выполнения упражнений
33	Комплекс ГТО для школьников. История возникновения программы ГТО. Тестовые испытания.	1	Беседа
34 35 36	Правильное питание. О полезных и вредных продуктах Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья. О закаливании организма.	3	Интерактивная игра
37 38 39 40 41 42	Разучивание упражнений из физкультурно-спортивного комплекса ГТО: упражнения для рук, шеи, туловища, ног	6	

43 44	Отработка умений правильно выполнять упражнения на месте и в движении.	2	
45 46	Отработка выполнения общеразвивающих упражнений с предметами (мяч, обруч, флажки, кубики)	2	Техника выполнения ОРУ с предметами
47 48 49 50 51 52	Лёгкая атлетика: техника ходьбы и бега. Ходьба с фиксацией рук на пояс, за спину. Обычная ходьба, ходьба на носках.	6	Техника ходьбы и бега
53 54 55 56 57	Изучение техники бега. Групповые перебежки. Бег в прямом направлении. Челночный бег.	5	Техника выполнения челночного бега
58 59	Групповые перебежки. Перебегание с одной площадки на другую. Бег наперегонки всем классом.	2	
60 61	Бег в медленном и среднем темпе. Перебежки в чередовании с ходьбой. Игра «Попробуй, догони».	2	
62 63 64 65 66	Обучение прыжкам в длину	5	Техника выполнения прыжков в длину
67 68	Закрепление прыжковой техники. Подвижные игры «Лиса и куры», «Прыгай в кружок»,	2	
69 70	Прыжки на мягкое препятствие (на 3-4 гимнастических мата) с места и с разбега. Эстафеты с прыжками.	2	
71 72	Прыжки в длину с разбега. Изучение техники разбега. Игра «Прыгни выше».	2	Техника выполнения прыжков в длину
73 74	Обучение технике метания мяча. Метание из-за головы из положения стоя по направлению броска. Имитация броска мяча.	2	Техника метания мяча
75 76	Упражнения на овладение техникой метания; как держать снаряд; положение натянутого лука; как выпустить снаряд; сохранить устойчивое положение.	2	
78	Упражнения на точность, на дальность броска. Подбрасывание мяча с последующей ловлей.	1	
79 80 81	Метание мяча правой и левой рукой. Бросок мяча в стену и ловля его. Метание мяча в щит с увеличением расстояния (мальчики-6 метров, девочки-4 метра).	3	
82	Игры на развитие ловкости «Охотники и утки», «Удочка», «Попробуй, поймай».	1	
83	Игры на закрепление способностей бега «Зайцы в огороде», «Кот и мышки».	1	

84	Игры на координацию движений: «Не урони мяч», «Змейка», «Мяч в кругу».	1	
3 м.	«Физическое совершенствование»	42	Выполнение тестов из комплекса ГТО
85 86 87 88 89	Упражнения из физкультурно-спортивного комплекса ГТО.	5	
90	Общеразвивающие упражнения без предметов и отработка правильности выполнения. Беговые эстафеты	1	
91 92	Общеразвивающие упражнения с предметами и отработка правильности выполнения. Эстафеты с предметами.	2	
93 94 95 96 97	Тестовые испытания. Объяснение правильности выполнения упражнения. Закрепление умений бега по прямой дорожке.	5	
98 99	Закрепление техники челночного бега. Высокий старт с места, бег выделенной дистанции, разворот и возвращение в исходную точку.	2	
100 101 102	Бег наперегонки по группам; перебежки в чередовании с ходьбой. Челночный бег.	3	Челночный бег
103 104 105 106 107	Прыжковая техника. Закрепление техники выполнения прыжка в длину с места	5	
108 109 110	Прыжки в длину с места с фиксированием результата.	3	
111 112 113	Отработка навыков правильного выполнения тестового задания; прыжки в длину с места	3	Прыжки в длину
115 116 117 118 119	Тестовые испытания. Объяснение правильности выполнения упражнения: метание малого мяча.	5	
120 121 122 123 124	Метание малого мяча в цель с места; исправление неточностей в выполнении.	5	Метание мяча
125 126	Метание малого мяча в игровых моментах. Игра «Охотники и утки».	2	Итоговое занятие
	Всего	126 часов	

5. Методическое обеспечение программы.

Физическое развитие детей в нашем детском саду осуществляется по основной общеобразовательной программе детского сада, разработанной по примерной образовательной программе «Радуга» под ред. Т.Н. Дороновой. Весь педагогический коллектив участвует в спортивных мероприятиях, проводимых в детском саду и районе. Дети участвуют в спортивных праздниках и развлечениях, родители, законные представители проявляют активный интерес, как к организации, так и к непосредственному участию в совместных и физкультурных праздниках, эстафетах, соревнованиях.

Работа с детьми по организации двигательной деятельности в течение дня рассчитана на всестороннее физическое развитие и укрепление здоровья каждого ребенка. Однако спортивно одаренные дошкольники нуждаются в дополнительном и целенаправленном внимании. С этой целью в нашем детском саду на базе старших групп создана спортивная секция «*Навстречу ГТО!*», решающая следующие задачи:

- развитие индивидуальных способностей и задатков детей;
- совершенствование системы, развития и сопровождения одарённых детей;
- выбор оптимальных форм и методов работы;
- расширение возможностей для участия способных и одарённых детей в олимпиадах, соревнованиях.

Тренировочно – игровые занятия разрабатывались комплексно и поступательно, каждое занятие выстраивалось с последующим усложнением индивидуально для каждого ребенка. Тренировочная деятельность секции выстраивалась поэтапно.

На первом этапе реализовывался комплекс упражнений с применением технологии сотрудничества: занятие выстраивалось поступательно: для создания рабочего настроения проводились игры сплачивающие членов секции, а затем вводились игры для приобщения к делу, содержащие элементы игры в футбол, баскетбол. И только после вышеперечисленной подготовки инструктор привлекает дошкольников в тренировочный процесс.

По содержанию и методике проведения тренировочно - игровые занятия отличаются от традиционных тем, что для решения образовательных, оздоровительных, развивающих и воспитательных задач подбирались подвижные игры соответствующего содержания. Игра является и формой организации и методом проведения физкультурного занятия с одарёнными детьми. В содержании тренировочно - игровых занятий включены подвижные игры общеразвивающего характера, направленные на формирование основных движений и комплексное развитие двигательных способностей. Каждое разучиваемое в игровой форме движение базировалось на предыдущем двигательном опыте ребенка.

На втором этапе для создания условий для самостоятельного приобретения детьми двигательного опыта, дошкольники озадачивались необходимостью познания, новизной действий посредством включения в занятия специальных игр на развитие двигательного творчества и психических процессов. Для разминки применялись упражнения: «*Передай мяч по кругу*», «*Попади в цель на полу*», на развитие быстроты «*Я брошу – ты лови*». Проявлению творческого самоутверждения способствовали упражнения в парах для развития ловкости, с чередованием задания: один отбивает мяч, другой подбрасывает.

На третьем этапе добавили игры позволяющие дошкольникам самостоятельно организовать игровую деятельность: распределять роли, устанавливать игровые правила, осуществлять самоконтроль в микрогруппах.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

1. Сформированность у детей представления о комплексе ГТО как о системе мероприятий, направленных на укрепление здоровья с помощью систематической физической подготовки.

2. Повышение у детей интерес к занятиям физической культурой и спортом.

3. Мотивация и стремление детей к укреплению и сохранению своего собственного здоровья посредством занятий физической культурой.

4. Воспитанная у детей целеустремленность, организованность, инициативность, трудолюбие.

6. Материально-техническое обеспечение программы.

- физкультурный зал (зал размером 30 на 20; палубный, деревянный пол, разметка, стены ровные, без выступов, температура воздуха 16-18 градусов, достаточное освещение, вентиляция, шумоизоляция, достаточное количество спортивного оборудования), спортивный стадион.

- спортивный инвентарь: маты, мячи (баскетбольные, футбольные, малые), гимнастические палки, шведская стенка, обручи, гимнастические скамьи, кегли, скакалки, ракетки для тенниса и бадминтона, воланы, футбольные ворота

- спортивная форма и обувь на каждого воспитанника

- технические средства обучения (ноутбук, проектор, колонки)

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям ребенка. Важно обеспечить безопасность физкультурного оборудования.

7.Список используемой литературы

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – СПб.: Питер, 2015. – 400 с.
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. – Игры, которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2016г.
3. Вавилова Е.Н. – Развитие основных движений у детей 3-7 лет. Система работы. – М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2017г.
4. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей: Пособие для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение, 1986. – 128 с.
5. Вареник Е.Н. – Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015г.
6. Воротилкина И. М. Физкультурно – оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. Москва «Издательство НЦЭНАС», 2014г.
7. Голицына Н. С. Физкультурный калейдоскоп для дошкольников. Москва, 2016г.
8. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Мозаика-Синтез, 2012г.
9. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду. Издательство ГНОМ и Д», 2017г.

Интернет ресурсы

1. <http://www.fizkulturavshkole.ru/> Этот проект создан в помощь учителям физкультуры, тренерам, студентам спортивных ВУЗов и СУЗов, любителям здорового образа жизни. Здесь отражена классика преподавания физической культуры, а также современные методы и приёмы.
2. <http://fizkultura-na5.ru/> На этом сайте собраны материалы, которые охватывают практически все аспекты преподавания физической культуры: программы по физкультуре, кроссворды, статьи, нормативы, комплексы упражнений, правила соревнований.
3. <http://plavaem.info/den-fizkulturnika.php> Праздник День физкультурника

На волне повышения популярности спорта, физической культуры и здорового образа жизни, период "возрождения" переживает в последние годы и старый праздник День физкультурника.

4. <http://fizkulturnica.ru/> Материалы, размещенные на этом сайте сейчас, и в дальнейшем будущем, предназначены для педагогов, для учеников, для их родителей и для людей, заботящихся о своем здоровье и здоровье своих близких.