

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД «БЕРЕЗКА» СЕЛА БРЯНСКОЕ
БАХЧИСАРАЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
(МБДОУ «ДС «БЕРЕЗКА» С.БРЯНСКОЕ)

ОГРН 1159102042142

ИНН 9104004447

298410 Бахчисарайский район село Брянское ул. Восточная, д.5
тел: (06554) 5-11-51 E-mail: zadik_bahchisarai-rayon1@crimedu.ru

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
протокол № 1
от «30» 08 2024 года

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Берёзка» с. Брянское
А.Ю. Савченко
От «30» 08 2024 г.
Примечание: 1



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ФИЗКУЛЬТОШКА»

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации программы: два года
Вид программы: модифицированная
Уровень программы: многоуровневая
Возраст обучающихся: для детей 5-7 лет
Составитель: Рагулина Наталья Юрьевна, педагог дополнительного образования.

с. Брянское
2024г.

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Сегодня на смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные игры. Приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребёнка. Не отрицая их значимости, надо признать, что у ребёнка остаётся всё меньше времени для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Нарушение баланса между игрой и другими видами детской деятельности, между разными видами игр (подвижными и спокойными, индивидуальными и совместными) негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей дошкольников.

По данным двигательный режим в дошкольных учреждениях позволяет восполнить лишь 55-60% естественной потребности детей в движениях. Недостаточная физическая активность детей, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, является одной из причин ухудшения жизненного тонуса. Известно также, что в школе тенденция ухудшения здоровья детей с возрастом усиливается, дети приобретают ряд физических недостатков и вредных привычек. Поэтому необходимо в стенах ДОУ создать «переходный мостик» психической и физической готовности к школе, чтобы первоклассник мог выдержать существенное напряжение, обусловленное режимом учебного дня.

Таким образом, появилась необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления, эффективных средств развития двигательной потребности быть ловким, сильным, смелым. Решение этой проблемы возможно в совокупности социально-педагогических условий, обеспечивающих целостный воспитательный процесс, гармоничное, физическое и личностное развитие ребёнка. А этому способствуют игровые формы организации двигательной деятельности детей.

Нормативно-правовая основа программы:

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Берёзка» села Брянское Бахчисарайского района Республики Крым разработана в соответствии с основными нормативными правовыми актами:

В настоящее время основой разработки дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ является следующая нормативно-правовая база:

✓ Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);

- ✓ Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ
- ✓ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- ✓ Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808
- ✓ «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);
- ✓ Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- ✓ Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. № 642 (в действующей редакции);
- ✓ Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
- ✓ Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (в действующей редакции);
- ✓ Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- ✓ Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- ✓ Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);
- ✓ Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);
- ✓ Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- ✓ Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на

оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);

✓ Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

✓ Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

✓ Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);

✓ Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809

«Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

✓ Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г.

№ 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);

✓ Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

✓ Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

✓ Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

✓ Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях

«Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

✓ Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г.

№ 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

✓ Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г.

№ 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;

✓ Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г.

№ 593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;

✓ Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г.

№ 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;

✓ Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;

✓ Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;

✓ Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

✓ Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04

✓ «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего,

среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

✓ Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

✓ Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

✓ Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

✓ Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»;

Локальные акты образовательной организации:

✓ Положение о разработке и утверждении дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы МБДОУ «Детский сад «Берёзка», приказ №52 – а от 01.-9.2021г.

✓ Уставом и нормативными локальными актами МБДОУ «ДС «Берёзка» с. Брянское.

Направленность программы:

Физкультурно-спортивная, направлена на формирование у маленького ребёнка интереса к своему личному здоровью, на совершенствование всех видов движений и развитие физических качеств.

Актуальность программы:

Подвижные игры с элементами спорта как вид деятельности, предполагает изменяющиеся условия тех или иных действий, поэтому большинство этих игр связано с проявлением двигательных способностей: скоростно-силовых, координационных, требующих выносливости, силы, гибкости. В играх с элементами спорта совершенствуются «чувство мышечных усилий», «чувство пространства», «чувство времени», функции различных анализаторов. Кроме того, подвижные игры с элементами спорта позволяют ребёнку овладеть разнообразными, достаточно сложными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество.

Новизна, особенности программы:

Использование на занятиях спортивного кружка «Физкультушка» игр-эстафет и командных игр с элементами спорта принесёт большой положительный эффект. Так как данные игры характеризуются совместной деятельностью команд, направленной на достижение общих целей, подчинением личных интересов интересам своей команды, а так же, тем, что от действий каждого игрока зависит победа всей команды. Вследствие этого, дети научатся согласовывать свои действия с действиями своих товарищей, адекватно реагировать на свои победы и победы своих соперников.

При разработке учитывалось то, что новые двигательные системы формируются в возрасте 5-7 лет. Детям данного возраста надо предоставить возможность проявить свои способности, умения разнообразно использовать свой двигательный опыт, научиться самостоятельно находить решения, проявлять инициативу.

Программа предполагает использование спортивных игр и упражнений в комплексе с другими физкультурно-оздоровительными мероприятиями, ориентирована на формирование у детей самостоятельности, самоконтроля, умение действовать в группе сверстников, заботиться о своём здоровье.

Отличительные особенности программы:

Особенностью данной программы является физическое воспитание дошкольников посредством разнообразных форм работы, которые способствуют функционированию и совершенствованию детского организма. Повышению его работоспособности, делают его стойким и

выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды, т. е. создают условия для того, чтобы все дети росли здоровыми. Программа кружка «Физкультушка» включает в себя общефизическую подготовку и такие разделы, как: лёгкая атлетика (прыжки, бег метание), спортивные игры (баскетбол, футбол, пионер-бол), «Школа мяча» (прокатывание, броски, ловля, передача мяча, игры с мячом), гимнастика (упражнения на гимнастической лестнице и скамейке, ОРУ с предметами, строевые упражнения). Данные разделы программы чередуются каждый месяц. Вначале обучения по программе воспитанникам предлагаются упражнения в упрощённой форме, со временем уровень сложности повышается, здесь учитывается принцип: от лёгкого - к сложному. Благодаря этому принципу, у детей не возникнет сложности в усвоении изучаемого материала, а принцип «индивидуальности» способствует возможности проработать упражнения, которые вызывают сложность у некоторых обучающихся. Цикличность программы обеспечивает планомерное изучение и закрепления навыков и умений.

Педагогическая целесообразность:

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Мяч — это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания. Упражнения в бросании, катании, ведении мяча способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку, формируют умения действовать с мячом, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилие с расстоянием, развивают выразительность движений. Занимаясь с мячами различного веса и объема, развиваются не только крупные мышцы, но и мелкие. Увеличивается подвижность в суставах пальцев и кистей, голени и стопы, усиливается кровообращение. При систематическом обучении дети без проблем совершают сложные координированные движения, начинают логически осмысливать свои действия, значительно улучшаются навыки владения мячом: свободно держать, передавать, бросать, вести мяч, следить за ним. Кроме того, правильно подобранные упражнения с мячом могут способствовать выработке таких психологических качеств, как внимательность, инициативность, целеустремленность. Особый интерес представляет использование игрового метода и упражнений из арсенала спортивных игр в системе физического воспитания детей старших и подготовительных групп в дошкольных образовательных учреждениях.

Тренировочные занятия, построенные на использовании элементов спортивных игр и упражнений, в значительной степени способствуют повышению уровня физической подготовленности,

физическому и психическому развитию, вызывают повышенный интерес к занятиям двигательной деятельностью у дошкольников.

Из вышеизложенного, вытекает необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной активности ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Игры и упражнения с мячом являются решением данной проблемы.

Предоставление дополнительных образовательных услуг и реализация дополнительной образовательной общеразвивающей программы осуществляется на бесплатной основе, на основании заявления родителей (законных представителей) на обучение по дополнительной образовательной общеразвивающей программе. Зачисление детей в группу кружка осуществляется на основании приказа заведующего МБДОУ «Детский сад «Берёзка» с. Брянское.

Адресат программы:

Программа «Физкультушка» адресована обучающимся в возрасте 5-7 лет. Количество воспитанников в группах до 20 человек.

Первая группа детей возраст 5-6 лет, вторая группа 6-7 лет. Программа разработана с учетом возрастных особенностей развития детей.

Прием на обучение производится по желанию детей, на основе имеющегося интереса к данному языку, при наличии заявления от родителей (законных представителей) и отсутствия медицинских противопоказаний для занятий. Время занятия рекомендуется нормами СанПин.

Объем и срок освоения программы: программа рассчитана на 2 года обучения. Первый год обучения дети 5-6 лет, количество учебных часов -72 часа, и второй год обучения дети в возрасте 6-7 лет, количество учебных часов- 72 часа. Общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы, составляет 144 часа, 36 учебных недель в год.

Уровень программы: для первого года обучения - стартовый, для второго года – базовый уровень.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса:

Программа реализуется в объединениях по интересам, сформированных в группы одного возраста (5-6 лет; 6–7 лет) являющимися основным составом кружка.

Гибкая форма организации деятельности позволяет учитывать индивидуальные особенности ребенка, его интересы, настроение. Состав группы одновременно работающих детей может незначительно меняться в зависимости от вышеуказанных причин.

Программа предполагает сотрудничество ребёнка и педагога, детей друг с другом, а также сотрудничество ребёнка и семьи.

Каждый ребенок работает на своем уровне сложности. Дополнительная образовательная общеразвивающая программа не может реализовываться взамен или в рамках основной образовательной деятельности за счет времени, отведенного на реализацию основной образовательной программы дошкольного образования.

Режим занятий, периодичность и продолжительность:
реализация программы планируется в 2 двух группах, по 1 занятию в неделю, **периодичность** - с сентября по май включительно; **продолжительность занятия** - один академический час.

1 группа 5-6 лет – среда

2 группа – 6-7 лет – четверг

1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Целью программы является воспитание физически здоровой личности ребенка, средствами общей физической подготовки.

Задачи:

Образовательные:

- приобретать знания, необходимые для организованных и самостоятельных занятий по ОФП;
- создать оптимальные условия для совершенствования физических качеств дошкольника (ловкость, сила, быстрота, координация движений, выносливость);
- содействовать становлению и развитию потребности в отношении к собственному здоровью;
- формировать культуру движений, обогащать двигательный опыт физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью.

Развивающие:

- развивать основные физические качества;
- формировать умения ориентировки в пространстве;
- ознакомить детей с элементами спортивных игры (баскетбол, футбол, волейбол) и понять сущность коллективной игры с правилами.
- воспитывать нравственность, личностные качества (активность, самостоятельность, дружелюбность).

Оздоровительные:

- содействовать укреплению здоровья детей, формировать и поддерживать правильную осанку, производить профилактику плоскостопия;

- повышать умственную работоспособность;
- формировать навыки здорового образа жизни средствами ОФП;
- самостоятельное использование ОФП, как метод снятия высокого психофизического напряжения.

Воспитательные:

- Воспитывать положительные морально-волевые качества;
- Формировать навыки и стереотипы здорового образа жизни.

1.3 ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ПРОГРАММЫ

Недостаточная физическая активность детей, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, является одной из причин ухудшения жизненного тонуса. Известно также, что в школе тенденция ухудшения здоровья детей с возрастом усиливается, дети приобретают ряд физических недостатков и вредных привычек. Поэтому необходимо в стенах ДОУ создать «переходный мостик» психической и физической готовности к школе, чтобы первоклассник мог выдержать существенное напряжение, обусловленное режимом учебного дня.

Таким образом, появилась необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления, эффективных средств развития двигательной потребности быть ловким, сильным, смелым. Решение этой проблемы возможно в совокупности социально-педагогических условий, обеспечивающих целостный воспитательный процесс, гармоничное, физическое и личностное развитие ребёнка. А этому способствуют игровые формы организации двигательной деятельности детей. Для реализации воспитательного потенциала необходимо сохранить и восстановить лучшие традиции физкультурно-спортивного движения и продолжить поиск инновационных высокоэффективных физкультурно-оздоровительных и спортивных технологий, направленных на привлечение к двигательной активности и максимальное вовлечение детей физкультурно-спортивную деятельность.

1.4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Занятия по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей. В них эффективно сочетаются игровые упражнения и эстафеты, подвижные игры и спортивные упражнения. Состоит из трёх частей: разминка, основная и заключительная.

Разминка включает в себя упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: различные виды ходьбы

и бега, прыжки, подскоки, упражнения дыхательной гимнастики, подвижные игры, а также упражнения, связанные с ориентировкой в пространстве: построения и перестроения. Эта часть занятия формирует эмоционально-положительное отношение и интерес детей к двигательной деятельности. Продолжительность разминки - составляет до 3 - 4 минут.

Основная часть занятия начинается с небольшого комплекса общеразвивающих упражнений. В этой части занятия решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки, идёт основная работа над развитием двигательных способностей: гибкости, мышечной силы, быстроты движений, ловкости, выносливости. В этой части даётся большой объём знаний, достигается оптимальный уровень физической нагрузки. Продолжительность основной части - до 15 - минут.

Задача **заключительной части** – привести организм ребенка в относительно спокойное и ровное состояние. Эта часть занятия включает ходьбу интенсивного темпа с постепенным замедлением, способствующую снижению общей возбужденности и приведению пульса к норме. В этой части используются упражнения на растяжку и расслабление мышц, релаксация, дыхательные упражнения, спокойная игра. Продолжительность заключительной части составляет 4-5 минут.

Стоит отметить, что большая роль в воспитании здорового ребенка принадлежит организации его двигательной деятельности, обеспечению возможности реализовывать его естественную потребность в движении. Формы организации двигательной деятельности в детском саду общеизвестны.

ОФП – это один из самых демократичных видов массовой физической культуры, так как здесь нет возрастных ограничений, а многообразие видов ОФП позволяет каждому удовлетворить свои запросы.

ОФП – это выполнение общеразвивающих и силовых упражнений, а также упражнений на развитие прыгучести, координации, ловкости, гибкости и др. физических показателей, объединенных в непрерывно выполняемый комплекс.

Теоретическая часть занятия включает в себя информацию о технике безопасности во время занятий ОФП, требования безопасности к местам занятий, оборудованию и инвентарю, основах здорового образа жизни, о различных видах ОФП, играх, санитарно-гигиенические требования к местам занятий, к одежде занимающихся, показания и противопоказания к занятиям.

Практическая часть занятий предполагает обучение двигательным действиям, подвижных игр, корригирующих упражнений, составлению комплексов упражнений.

Программа включает в себя 4 раздела:

- Лёгкая атлетика (бег, ходьба, прыжки, метание)
- «Школа мяча» (прокатывание мяча разными способами, броски и ловля мяча, метание)
- Спортивные игры: баскетбол (передача мяча, ведение мяча на месте и в движении, приём мяча, перемещения, броски в кольцо, подвижные игры); футбол (удар по мячу разными способами в цель и по воротам, ведение мяча, передача мяча, остановка мяча, подвижные игры); «Пионер-бол» (передача мяча через сетку, передача мяча в парах, ловля мяча, подача мяча через сетку, броски мяча разными способами, перемещение по площадке во время игры).
- Гимнастика (строевая подготовка, упражнения на гимнастической лестнице и скамье, ползание разными способами, подлезание под шнур и дугу, перелезание барьеров, ОРУ с предметами).

Учебный план.

Учебный план на 1 год обучения:

№ п/п	Содержание (разделы)	Количество часов		
				Всего
		теория	практика	
1.	Вводное занятие	1		1
2.	Лёгкая атлетика		8	8
3.	Школа мяча		9	9
4.	Гимнастика		9	9
5.	Спортивные игры		9	9
Итого		1	35	36

Учебный план на 2 год обучения:

№ п/п	Содержание (разделы)	Количество часов		
				Всего
		теория	практик а	
1.	Вводное занятие	1		1
2.	Лёгкая атлетика		8	8
3.	Школа мяча		9	9

4.	Гимнастика		9	9
5.	Спортивные игры		9	9
Итого		1	35	36

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Разносторонняя и повышенная физическая подготовленность дошкольников, состоящих в кружке (спортивная выносливость, ловкость, быстрота, гибкость, подвижность).
- Сформированность начальных организационно-методических умений, необходимых для самостоятельных занятий физическими упражнениями и спортом, организационных навыков.
- Умение взаимодействовать с партнерами в игровых и соревновательных ситуациях, высокоразвитые волевые и моральные качества личности.
- Снижение показателей заболеваемости дошкольников, увеличение показателя индекса здоровья.

РАЗДЕЛ №2.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Срок реализации	Всего учебных недель	Кол-во часов в неделю	Кол-во учебных часов	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения
1 года	36	1	36	1 сентября	31 мая
2 год	36	1	36		

Режим занятий	Каникулы
2 раза в неделю, по 1 академическому часу Вторник (1 группа); Четверг (2 группа)	с 01 июня – 1 сентября

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Кадровое обеспечение: Данную программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» с дипломом преподавателя. Педагог, реализующий данную программу, имеет высшее педагогическое образование по специальности «География», так же диплом о профессиональной переподготовке по программе «Воспитатель (Педагогика и психология. Воспитательная работа)». Хорошо владеет многообразием техник, постоянно повышает свой уровень профессионального мастерства.

Режим занятий составлен на основе Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей.

Методическое обеспечение:

Дополнительная образовательная программа «Спортивный кружок "Физкультушка"» обеспечена методическими пособиями:

- методическая литература;
- разработанные конспекты занятий кружка по месяцам;
- картотека с подвижными играми;
- аудиозаписи для комплексов ритмической гимнастики;
- иллюстрации по видам спорта
- физкультурный инвентарь и оборудование.

В зависимости от задач и формы организации образовательного процесса в работе используются: магнитофон.

Оборудование:

- мячи разного диаметра;
- кегли;
- гимнастическая скамейка;
- шнур;
- ракетка, волан;
- канат;
- скакалки;
- мешочки.

Методика обеспечения образовательной программы:

Метод - система действий инструктора в процессе обучения движениям в зависимости от содержания учебного процесса, конкретных задач и условий обучения.

- *Словесные методы* – методы, направленные на обращение к сознанию детей, помогают осмысленно поставить перед ребенком двигательную задачу, раскрывает содержание и структуру движения (объяснения, пояснения, указания, подача команд, сигналов, вопросы, словесные инструкции и др.).

- *Наглядные методы* – методы, направленные на создание зрительных представлений о движении - (наглядно-зрительные приемы, показ физических упражнений, использование наглядных пособий и др.).
- *Практические методы* – методы, закрепляющие на практике знания, умения и навыки основных движений (повторение упражнений без изменения и с изменениями, проведение упражнений в игровой форме, проведение упражнений в соревновательной форме и др.).
- *Игровые методы* – методы, активизирующие внимание, улучшающие эмоциональное состояние воспитанников. Дети забывают об усталости, продолжают заниматься с желанием и интересом. Овладевая техникой изучаемого вида легкой атлетики, воспитанники совершенствуют свою координацию.

Формы организации двигательной деятельности:

- групповые учебно-тренировочные занятия - предполагают усвоение детьми нового материала, отработку основных видов движений;
- контрольно-проверочные занятия - позволяют определить эффективность процесса подготовки;
- соревнования – позволяют в игровой форме определить уровень спортивных достижений детей, посещающих спортивный кружок «Физкультушка»;
- индивидуальные занятия – предполагают отработку основных видов движений индивидуально с каждым ребенком.

Структура занятия кружка:

Ведущей формой развития двигательных способностей детей являются групповые учебно-тренировочные занятия. Занятия имеет три части: вводную, основную, заключительную.

Вводная часть состоит из различных видов ходьбы и упражнений, комплекса ритмической гимнастики подготавливающих организм к предстоящей нагрузке. Главная ее задача: ввести детей в работу, которая запланирована, четко организовать их. Психокоррекционные игры и упражнения направленные на развитие внимания, памяти, координации движений, быстроты реакции, которые можно так же использовать в вводной части занятий.

Основная часть занятия состоит из следующих элементов: упражнения на растягивание мышечного аппарата и развитие гибкости, упражнения на развитие силовых способностей, основные движения. Заканчивать занятия целесообразно подвижными играми, главным образом спортивно-соревновательного характера.

Заключительная часть. Ее продолжительность – 5-10 минут. Задачи этой занятия – завершить работу постепенным снижением нагрузки на организм, привести детей в более спокойное состояние. Основные средства – медленная ходьба, дыхательные упражнения, телесно-тактильные упражнения.

2.3. ФОРМА АТТЕСТАЦИИ.

Способы определения усвоения программы:

Особенность психомоторной одаренности в дошкольном возрасте требует специального подхода к ее диагностике. Важно выявить не физическую подготовленность детей, а действительные психомоторные способности (совокупность свойств и качеств) как важную составляющую в структуре психомоторной одаренности. На первое место здесь выступают способности в психокоординации, позволяющие ребенку экономно и полноценно использовать резервные силы организма в управлении движениями.

Так же уровень развитие психомоторных способностей определяется по следующим параметрам:

- статическая координация на ограниченной площади опоры;
- динамическая координация на ограниченной площади опоры;
- способность быстро реагировать, выполнять одиночное движение (природная быстрота реагирования);
- способность выполнять действия, требующие ориентировки тела в пространстве;
- способность воспринимать и запоминать собственные движения, воспроизводить и создавать новые (состояние психомоторной памяти);
- кондиционные способности детей, обеспечивающие физическую подготовленность;
- мотивационная готовность ребенка к двигательной активности;
- развитие гибкости;
- силовые способности.

Формы подведения итогов:

Результаты реализации программы предполагается оценивать по выступлениям на спортивных соревнованиях в ДОУ, а так же по результатам оценки уровня физического развития, физической подготовленности и показателей здоровья детей в ходе ежегодной диагностики детей.

№ п/п	Форма подведения итогов	Сроки	Ответственный
1.	Спортивные соревнования	декабрь	Руководитель кружка
2.	«Веселые старты»	январь	Руководитель кружка
3.	Состязания	апрель	Руководитель кружка
4.	Презентация результатов деятельности работы спортивного кружка	май итоговый педсовет	Руководитель кружка

	«Физкультошка»		
--	----------------	--	--

Формы контроля: вводный контроль в начале учебного года в сентябре и итоговый контроль в конце года – в мае.

2.4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

Для педагогов:

1. Волошина Л.Н., 2004.Играй на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. – АРКТИ, 2004.
2. Адашкявичене Э.Й., Спортивные игры и упражнения в детском саду.- М.: Просвещение, 1992.
3. Картушина М.Ю. «Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет», М., 2008 г. Бабенкова Е.А. «Как помочь детям стать здоровыми». Методическое пособие. АСТ. Астрель. М. 2003 г.
4. Глушкова Г.В., Голубева Л.Г. «Здоровье и физическое развитие детей старшего дошкольного возраста»: Вариативные формы дошкольного образования. - 2002.
5. Маханева М.Д. «Воспитание здорового ребенка». – М.: АРКТИ, 2000.
6. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: ВЛАДОС, 2003.
7. Вавилова Е.Н. Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет. сада – М.: Просвещение, 1983.

Для учащихся:

1. Казина, О. Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы: моногр. / О.Б. Казина. - М.: ВКТ, Академия Развития, 2008. - 144 с.
2. Как расти здоровым. Развивающая игра-лото. 4-7 лет. - М.: ИП Бурдина С. В., 2016. - 599 с.

РАЗДЕЛ 3

ПРИЛОЖЕНИЯ

3.1. Оценочные материалы

Для мониторинга результативности работы по программе «Физкультошка» разработана медико-педагогическая диагностика, которая осуществляется в три этапа (первичное обследование, текущее изучение, заключительное обследование).

1. Первичная диагностика детей.

Медицинскими работниками детского сада в начале учебного года проводится диагностика детей 5-7 лет с целью выявления возможных отклонений в физическом развитии при использовании следующих методов:

- методы анамнеза (опроса),
- соматоскопии (наружного осмотра),
- антропометрии.

Показатели пульса, выносливости, жизненного индекса и другие, позволяют определить положительный эффект физкультурных занятий в отношении здоровья детей. Он будет, прежде всего, заключаться в снижении пульса и частоты дыхания по отношению к исходным данным, а также сокращении времени возвращения показателей частоты пульса и дыхания к исходным данным.

Педагогом проводится диагностическое занятие по определению исходных показателей физического развития, двигательной подготовленности детей.

На основании всех полученных данных составляется объективная оценка текущего состояния организма ребенка. Результаты проведенных обследований заносятся в диагностическую карту здоровья ребенка, где отмечается:

- группа здоровья,
- уровень физической подготовленности (высокий, средний, низкий),
- имеющиеся отклонения в состоянии здоровья.

2. *Текущее (промежуточное) обследование* проводится в форме наблюдений за детьми в процессе контрольных занятий (срезов) при участии врача или медицинской сестры.

3. *Итоговое диагностическое обследование* проводится в мае (аналогично первичной диагностике). На основании полученных результатов врачом и педагогом проводится сравнительный анализ динамики состояния здоровья каждого ребенка, занимающегося по программе «Физкультушка».

Данный мониторинг используется исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

4.2 Форма оценивания результатов

В течение всего учебного года будет проводиться отслеживание достигнутых результатов, что найдет отражение в таблицах: начальной и итоговой оценки динамики развития. В таблицы включены основные показатели, которые дают наиболее полную картину достижений и успехов воспитанников, занимающихся по программе «Физкультушка».

Таблицы фиксации результатов.

В таблицах указываются 2 типа результатов для определения динамики: начальный (в начале года), итоговый (в конце года).

3.1 Оценка уровня физической подготовленности детей 5-6 лет.

№	Контрольные упражнения	Пол ребенка	Уровень физической подготовленности.			
			низкий	средний	выше среднего	высокий
1	Равновесие (сек.)	М	1-5	4-6	7-9	10-12
		Д	1-5	6-8	9-11	12-14
2	Бег 30 метров (сек.)	М	10.2-9.5	9.4-8.6	8.5-8.0	7.9-7.0
		Д	12.0-11.2	11.1-10.6	10.5-9.7	9.6-7.9
3	Челночный бег 3*10 (сек.)	М	12.5-12.0	11.9-11.7	11.6-11.2	11.1-10.0
		Д	12.8-12.3	12.2-11.9	11.8-11.4	11.3-10.0
4	Прыжок в длину с места (см.)	М	62-74	75-95	96-110	111-120
		Д	62-72	73-90	91-101	102-110
5	Метание мешочка с песком в даль (150-200 гр.)	М	Прав. 3.9-5.6 Лев. 2.5-3.0	5.7-6.4 3.1-4.4	6.5-7.4 4.5-4.7	7.5-8.1 4.8-5
		Д	Прав. 2.0-3.5 Лев. 1.5-2.5	3.6-4.4 2.6-3.5	4.5-5.4 3.6-4.6	5.5-6.0 4.7-5.0
6	Метание набивного мяча из-за головы (см.)	М	150-186	187-200	201-250	251-270
		Д	100-139	140-155	156-210	211-220
7	Отбивание мяча о пол (кол-во)	М	1-2	3-6	7-9	10-12
		Д	1-2	3-6	6-8	8-10
8	Гибкость (см.)	М	1 и ниже	2-3	4-5	6 и выше
		Д	2 и ниже	3-4	5-7	8 и выше

Оценка уровня физической подготовленности детей 6-7 лет.

№	Контрольные упражнения	Пол ребенка	Уровень физической подготовленности.			
			низкий	средний	выше среднего	высокий
1	Равновесие (сек.)	М	6-12	13-25	26-35	36-45
		Д	6-14	15-28	29-44	45-60
2	Бег 30 метров (сек.)	М	9.0-8.6	8.5-7.8	7.7-7.1	7.0-6.5
		Д	9.0-8.6	8.5-7.9	7.8-7.6	7.5-6.6
3	Челночный бег 3*10 (сек.)	М	11.8-11.0	10.9-10.3	10.2-9.9	9.8-9.0
		Д	12.0-11.6	11.5-11.2	11.1-10.9	10.8-10.0
4	Прыжок в длину с места (см.)	М	95-109	110-119	120-134	135-155
		Д	84-90	91-109	110-122	123-150
5	Метание мешочка с песком в даль (150-200 гр.)	М	Прав. 4.4 - 5.9 Лев. 3.3-5.2	6.0-7.6	7.7-8.5	8.6-9.6
		Д	Прав. 3.3-5.0 Лев. 3.0-3.9	5.1-5.4	5.5-6.5	6.6-8.3
6	Метание набивного мяча из-за головы (см.)	М	240	241-269	270-359	360
		Д	180-193	194-220	221-290	291-311
7	Отбивание мяча о пол (кол-во)	М	5-10	11-20	21-34	35-70
		Д	5-10	11-20	21-34	35-70
8	Гибкость (см.)	М	1 и ниже	3-5	6-8	9 и выше
		Д	2 и ниже	5-8	9-11	12.5 и выше

3.2 Пример протокола диагностики физической подготовленности детей

Цель: собрать объективную информацию о динамике (положительной или отрицательной) физической подготовленности детей в процессе их жизнедеятельности.

Задачи:

1. Выявить уровень физической подготовленности детей.

	мяча из-за головы (см.)					
7	Отбивание мяча о пол (кол-во)					
8	Гибкость (см.)					

Рекомендации на начало учебного года:

**Прирост показателей физической подготовленности в конце учебного года составил _____ %
(отлично; хорошо; удовлетворительно)**

N- норма
 ↓ N-ниже нормы
 ↑ N- выше

Диагностику провел руководитель кружка:

Изучение степени динамики развития физических качеств у детей

Для оценки темпов прироста показателей физических качеств рекомендуется методика, предложенная В. И. Усаковым:

$$W = \frac{100 (V_2 - V_1)}{1/2 (V_1 + V_2)},$$

где W – прирост показателей темпов, %;

V1 – исходный уровень;

V2 – конечный уровень.

**Оценка темпов прироста физических качеств детей
дошкольного возраста**

Темпы прироста, %	Оценка	За счет чего достигнут прирост
До 8	«Неудовлетворительно»	За счет естественного роста
8–10	«Удовлетворительно»	За счет естественного роста и роста естественной двигательной активности

10–15	«Хорошо»	За счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания
Свыше 15	«Отлично»	За счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений

3.3. Методические материалы.

Картотека подвижных игр.

Подвижная игра «Хитрая лиса»

Цель: развивать у детей выдержку, наблюдательность. Упражнять в быстром беге с увертыванием, в построении в круг, в ловле.

Описание: Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга отчерчивается дом лисы. Воспитатель предлагает играющим закрыть глаза, обходит круг за спинами детей и говорит: «Я иду искать в лесе хитрую и рыжую лису!», дотрагивается до одного из играющих, который становится хитрой лисой. Затем воспитатель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть, кто из них хитрая лиса, не выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие 3 раза спрашивают хором, вначале тихо, а затем громче «Хитрая лиса, где ты?». При этом все смотрят друг на друга. Хитрая лиса быстро выходит на середину круга, поднимает руку вверх, говорит: «Я здесь». Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит. Пойманного лиса отводит домой в нору.

Правила: Лиса начинает ловить детей только после того, как играющие в 3 раз хором спросят и лиса скажет: «Я здесь!» Если лиса выдала себя раньше, воспитатель назначает новую лису.

Играющий, выбежавший за границу площадки, считается пойманным.

Варианты: Выбираются 2 лисы.

Подвижная игра «Передай – встань»

Цель: Воспитывать у детей чувство товарищества, развивать ловкость, внимание. Укреплять мышцы плеч и спины.

Описание: Играющие строятся в две колонны, на расстоянии двух шагов одна от другой. В каждой стоят друг от друга на расстоянии вытянутых рук. Перед колоннами проводится черта. На нее кладутся два мяча. По сигналу «сесть» все садятся, скрестив ноги. По сигналу «передай» первые в колоннах берут мячи и передают их через голову позади сидящим, затем они встают и поворачиваются лицом к колонне. Получивший мяч передает его назад через голову, затем встает и тоже поворачивается лицом к колонне и т.д. Выигрывает колонна, которая правильно передала и не роняла мяч.

Правила: Передавать мяч только через голову и сидя. Вставать только после передачи мяча позади сидящему. Не сумевший принять мяч бежит за ним, садится и продолжает игру.

Варианты: Передавать мяч вправо или влево, поворачивая корпус.

Подвижная игра «Найди мяч»

Цель: Развивать у детей наблюдательность, ловкость.

Описание: Все играющие становятся в круг вплотную, лицом к центру. Один играющий становится в центр, это говорящий. Играющие держат руки за спиной. Одному дают в руки мяч. Дети начинают передавать мяч друг другу за спиной. Водящий старается угадать у кого мяч. Он может попросить каждого из играющих показать свои руки, сказав «руки». Играющий протягивает обе руки вперед, ладонями кверху. Тот у кого оказался мяч или кто уронил его, становится в середину, а водящий на его место.

Правила: Мяч передают в любом направлении. Мяч передают только соседу. Нельзя передавать мяч соседу после требования водящего показать руки.

Варианты: Ввести в игру два мяча. Увеличить число водящих. Тому у кого оказался мяч дать задание: попрыгать, станцевать и т.п.

Подвижная игра «Два мороза»

Цель: Развивать у детей торможение, умение действовать по сигналу (по слову). Упражнять в беге с увертыванием в ловле. Способствовать развитию речи.

Описание: На противоположных сторонах площадки отмечаются линиями два дома. Играющие располагаются на одной стороне площадки. Воспитатель выделяет двух водящих, которые становятся посередине площадки между домами, лицом к детям. Это Мороз Красный Нос и Мороз Синий Нос. По сигналу воспитателя «Начинайте», оба Мороза говорят: «Мы два брата молодые, два мороза удалые. Я — Мороз Красный Нос. Я — Мороз Синий Нос. Кто из вас решится, в путь-дороженьку пуститься?» Все играющие отвечают: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз» и перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а Морозы стараются их заморозить, т.е. коснуться рукой. Замороженные останавливаются там, где их захватил мороз и так стоят до окончания перебежки всех остальных. Замороженных подсчитывают, после они присоединяются к играющим.

Правила: Играющие могут выбежать из дома только после слова «мороз». Кто выбежит раньше, и кто останется в доме, считаются замороженными. Тот, кого коснулся Мороз, тотчас же останавливается. Бежать можно только вперед, но не назад и не за пределы площадки.

Варианты: За одной чертой находятся дети Синего Мороза, за другой дети Красного. На сигнал «синие», бегут синие, а Красный Мороз ловит и наоборот. Кто больше поймает.

Подвижная игра «Карусель»

Цель: Развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами. Упражнять в беге, ходьбе по кругу и построении в круг.

Описание: Играющие образуют круг. Воспитатель дает детям шнур, концы которого связаны. Дети, взявшись правой рукой за шнур, поворачиваются налево и говорят стихотворение: «Еле, еле, еле, еле, завертелись карусели. А потом кругом, кругом, все бегом, бегом, бегом». В соответствии с текстом

стихотворения дети идут по кругу, сначала медленно, потом быстрее, затем бегут. Во время бега воспитатель приговаривает: «По-бе-жа-ли». Дети бегут 2 раза по кругу, воспитатель меняет направление движения, говоря: «Поворот». Играющие поворачиваются кругом, быстро перехватывая шнур левой рукой и бегут в другую сторону. Затем воспитатель продолжает вместе с детьми: «Тише, тише, не спишите, карусель остановите. Раз, два, раз, два, вот и кончилась игра!»

Подвижная игра «Мышеловка»

Цель: Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражняться в беге и приседании, построении в круг и ходьбе по кругу. Способствовать развитию речи.

Описание: Играющие делятся на две неравные группы. Меньшая образует круг- «мышеловку», остальные «мыши»- они находятся вне круга. Играющие, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу, приговаривая: «Ах, как мыши надоели, все погрызли, все поели. Берегитесь же, плутовки, доберемся мы до вас. Вам поставим мышеловки, переловим всех сейчас». Дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх, образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее. По слову воспитателя: «хлоп», дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают- мышеловка захлопнулась. Играющие, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Пойманные мыши переходят в круг и увеличивают размер мышеловки. Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями.

Правила: Опускать сцепленные руки по слову «хлоп». После того, как мышеловка захлопнулась, нельзя подлезать под руки.

Подвижная игра «Свободное место»

Цель: Развивать ловкость, быстроту; умение не сталкиваться.

Играющие сидят на полу по кругу, скрестив ноги. Воспитатель вызывает двух рядом сидящих детей. Они встают, становятся за кругом спинами друг к другу. По сигналу «раз, два, три — беги» бегут в разные стороны, добегают до своего места и садятся. Играющие отмечают, кто первым занял свободное место. Воспитатель вызывает двух других детей. Игра продолжается. Указания. Можно вызвать для бега и детей, сидящих в разных местах круга.

Подвижная игра «Угадай, кого поймали»

Цель: Развивать наблюдательность, активность, инициативу. Упражнять в беге, в прыжках.

Описание: Дети сидят на стульчиках, воспитатель предлагает пойти погулять в лес или на полянку. Там можно увидеть птичек, жучков, пчел, лягушек, кузнечиков, зайчика, ежика. Их можно поймать и принести в живой уголок. Играющие идут за воспитателем, а затем разбегаются в разные стороны и делают вид, что ловят в воздухе или присев на землю. «Пора домой»- говорит воспитатель и все дети, держа живность в ладошках, бегут домой и занимают каждый свой стульчик. Воспитатель называет кого-нибудь из детей и предлагает показать, кого он поймал в лесу. Ребенок имитирует движения

пойманного зверька. Дети отгадывают, кого поймали. После они снова идут гулять в лес.

Правила: Возвращаться по сигналу «Пора домой».

Варианты: Поездка на поезде (сидят на стульчиках, имитируют руками и ногами движения и стук колес).

Подвижная игра «Мы веселые ребята»

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по словесному сигналу. Упражнять в беге по определенному направлению с увертыванием. Способствовать развитию речи.

Описание: Дети стоят на одной стороне площадки. Перед ними проводится черта. На противоположной стороне также проводится черта. Сбоку от детей, на середине, между двумя линиями, находится ловишка, назначенный воспитателем. Дети хором произносят: «Мы веселые ребята, любим бегать и скакать, ну, попробуй нас догнать. Раз, два, три- лови!» После слова «лови», дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка догоняет бегущих. Тот, кого ловишка дотронулся, прежде чем играющий пересек черту, считается пойманным и садится возле ловишки. После 2-3 перебежек производится пересчет пойманных и выбирается новый ловишка. Правила: Перебегать на другую сторону можно только после слова «лови». Тот, до кого дотронулся ловишка отходит в сторону. Того, кто перебежал на другую сторону, за черту, ловить нельзя. Варианты: Ввести второго ловишку. На пути убегающих- преграда- бег между предметами.

Подвижная игра «Стадо и волк»

Цель: Развивать умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в ходьбе и быстром беге.

Описание: На одной стороне площадки очерчиваются кружки, квадраты. Это постройки: телятник, конюшня. Остальная часть занята «лугом». В одном из углов на противоположной стороне находится «логово волка» (в кружке). Воспитатель назначает одного из играющих «пастухом», другого- «волком», который находится в логове. Остальные дети изображают лошадей, телят, которые находятся на скотном дворе, в соответствующих помещениях. По знаку воспитателя «пастух» по очереди подходит к «дверям» телятника, конюшни и как бы открывает их. Наигрывая на дудочке, он выводит все стадо на луг. Сам он идет позади. Играющие, подражая домашним животным щиплют траву, бегают, переходят с одного места на другое, приближаясь к логову волка. «Волк»- говорит воспитатель, все бегут к пастуху и становятся позади него. Тех, кто не успел добежать до пастуха, волк ловит и отводит в логово. Пастух отводит стадо на скотный двор, где все размещаются по своим местам.

Правила: Волк выбегает из логова только после слова «волк». Одновременно с выбегающим волком все играющие должны бежать к пастуху. Не успевших встать позади пастуха, волк уводит к себе.

Варианты: В игру включить «водопой», нагибаются и как бы пьют воду.

Подвижная игра «Ловишка, бери ленту»

Цель: Развивать у детей ловкость, сообразительность. Упражнять в беге с увертыванием, в ловле и в построении в круг.

Описание: Играющие строятся по кругу, каждый получает ленточку, которую он закладывает сзади за пояс или за ворот. В центре круга- ловишка. По сигналу «беги» дети разбегаются, а ловишка стремится вытянуть у кого-нибудь ленточку. Лишившийся ленточки отходит в сторону. По сигналу «Раз, два, три, в круг скорей беги», дети строятся в круг. Ловишка подсчитывает количество ленточек и возвращает их детям. Игра начинается с новым ловишкой.

Правила: Ловишка должен брать только ленту, не задерживая играющего. Играющий, лишившийся ленты, отходит в сторону.

Варианты: Выбрать двух ловишек. У присевшего играющего нельзя брать ленту. Играющие пробегают по «дорожке», «мостику», перепрыгивая через «кочки».

Подвижная игра «Гуси – Лебеди»

Цель: Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Упражняться в беге с увертыванием. Содействовать развитию речи.

Описание: На одном конце площадки проводится черта-«дом», где находятся гуси, на противоположном конце стоит пастух. Сбоку от дома- «логово волка». Остальное место- «луг». Одного воспитатель назначает пастухом, другого волком, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей пастись на луг. Гуси ходят, летают по лугу. Пастух зовет их «Гуси, гуси». Гуси отвечают: «Га-га-га». «Есть хотите?». «Да-да-да». «Так летите». «Нам нельзя. Серый волк под горой, не пускает нас домой». «Так летите как хотите, только крылья берегите». Гуси, расправив крылья, летят через луг домой, а волк выбегает, пресекает им дорогу, стараясь поймать побольше гусей (коснуться рукой). Пойманных гусей волк уводит к себе. После 3-4 перебежек подсчитывается число пойманных, затем назначается новый волк и пастух.

Правила: Гуси могут лететь домой, а волк ловить их только после слов «Так летите, как хотите, только крылья берегите». Волк может ловить гусей на лугу до границы дома.

Варианты: Увеличить расстояние. Ввести второго волка. На пути волка преграда- ров, который надо перепрыгнуть.

Подвижная игра «Кто скорей снимет ленту»

Описание: На площадке проводится черта, за которой дети строятся в несколько колонн по 4-5 человек. На расстоянии 10-15 шагов, напротив колонн натягивается веревка, высота на 15 см. выше поднятых вверх рук детей. Против каждой колонны на эту веревку накидывается лента. По сигналу «беги» все стоящие первыми в колоннах бегут к своей ленте, подпрыгивают и сдергивают ее с веревки. Снявший ленту первым, считается выигравшим. Ленты снова вешаются, те, кто были в колонне первыми, становятся в конец, а остальные подвигаются к черте. По сигналу бегут следующие дети. И т.д. Подсчитываются выигрыши в каждой колонне.

Правила: Бежать можно только после слова «беги». Сдергивать ленту только напротив своей колонны. Варианты: Поставить на пути бега препятствия. Протянуть веревку на расстоянии 40 см., под которую нужно подлезть, не задев ее. Провести две линии на расстоянии 30 см., через которые надо перепрыгнуть.

Подвижная игра «Быстрее по местам»

Цель: Развивать ориентировку в пространстве, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в быстром беге, ходьбе, подпрыгивании.

Описание: Дети стоят в кругу на расстоянии вытянутых рук, место каждого отмечается предметом. По слову «бегите», дети выходят из круга, ходят, бегают или прыгают по всей площадке. Воспитатель убирает один предмет. После слов «по местам», все дети бегут в круг и занимают свободные места. Оставшемуся дети хором говорят: «Ваня, Ваня, не зевай, быстро место занимай!»

Правила: Место в кругу можно занимать только после слов «По местам». Нельзя оставаться на месте после слова «бегите».

Варианты: В начале игры не прятать кубик, чтобы никто не оставался без места. Убрать 2 или 3 кубика. Зимой втыкают в снег флажки.

Подвижная игра «Медведь и пчелы»

Цель: учить детей слезать и влезать на гимнастическую стенку. развивать ловкость, быстроту.

Улей (гимнастическая стенка или вышка) находится на одной стороне площадки. На противоположной стороне — луг. В стороне — медвежья берлога. Одновременно в игре участвует не более 12—15 человек. Играющие делятся на 2 неравные группы. Большинство из них пчелы, которые живут в улье. Медведи — в берлоге. По условному сигналу пчелы вылетают из улья (слезают с гимнастической стенки), летят на луг за медом и жужжат. Как улетят, медведи выбегают из берлоги и забираются в улей (влезают на стенку) и лакомятся медом. Как только воспитатель подаст сигнал «медведи», пчелы летят к ульям, а медведи убегают в берлогу. Не успевших спрятаться пчелы жалят (дотрагиваются рукой). Потом игра возобновляется. Ужаленные медведи не участвуют в очередной игре. Указания. После двух повторений дети меняются ролями. Воспитатель следит, чтобы дети не спрыгивали, а слезали с лестницы; если нужно, оказывают помощь.

Подвижная игра «Охотники и зайцы»

Цель: Совершенствовать навыки прыжков и метания в цель на обеих ногах. Развивать ловкость, скорость и ориентирования в пространстве.

Разделение ролей: Выбирают одного или двух «охотников», которые становятся с одной стороны площадки, остальные дети — «зайцы».

Ход игры.

Зайцы сидят в своих «норках», расположенных с противоположной стороны площадки. «Охотники» обходят площадку и делают вид, что ищут «зайцев»,

потом идут на свои места, прячутся за «деревьями» (стульями, скамья).

На слова воспитателя:

Зайчик прыг-скок. прыг-скок

В зеленый лесок

«Зайцы» выходят на площадку и прыгают. На слово «Охотник!» «зайцы» бегут к своим «норкам», один из «охотников» целится мячом им под ноги и в кого попадет, тот забирает с собой. «Зайцы» вновь выходят в лес и «охотник» еще раз охотится на них, но бросает мяч второй рукой. При повторении игры выбирают новых «охотников».

Указания к игре. Следить, чтобы «охотник» бросал мяч как правой, так и левой рукой. «Охотники» бросают мяч только под ноги «зайцам». Мяч поднимает тот, кто его бросил.

Подвижная игра «Волк во рву»

Цель: Учить детей перепрыгивать, развивать ловкость.

Поперек площадки (зала) двумя параллельными линиями на расстоянии около 100 см одна от другой обозначен ров. В нем находится водящий — волк. Остальные дети — козы. Они живут в доме (стоят за чертой вдоль границы зала). На противоположной стороне зала линией отделено поле. На слова «Козы, в поле, волк во рву!» дети бегут из дома в поле и перепрыгивают по дороге через ров. Волк бегает во рву, стараясь осалить прыгающих коз. Оскаленный ходит в сторону. Воспитатель говорит: «Козы, домой!» Козы бегут домой, перепрыгивая по пути через ров. После 2—3 перебежек выбирается или назначается другой водящий.

Указания. Коза считается пойманной, если волк коснулся ее в тот момент, когда она перепрыгивала ров, или если она попала в ров ногой. Для усложнения игры можно выбрать 2 волков.

Подвижная игра «Лягушки и цапли»

Цель: Развивать у детей ловкость, быстроту. Учить прыгать вперед-назад через предмет.

Границы болота (прямоугольник, квадрат или круг), где живут лягушки, отмечаются кубами (сторона 20 см), между которыми протянуты веревки. На концах веревок мешочки с песком. Поодаль гнездо цапли. Лягушки прыгают, резвятся в болоте. Цапля (водящий) стоит в своем гнезде. По сигналу воспитателя она, высоко поднимая ноги, направляется к болоту, перешагивает веревку и ловит лягушек. Лягушки спасаются от цапли — они выскакивают из болота. Пойманных лягушек цапля уводит к себе в дом. (Они остаются там, пока не выберут новую цаплю.) Если все лягушки успеют выскочить из болота и цапля никого не поймают, она возвращается к себе в дом одна. После 2—3 игры выбирается новая цапля.

Указания. Вербки накладывают на кубы так, чтобы они могли легко упасть, если задеть их при прыжке. Упавшую веревку снова кладут на место. Играющие (лягушки) должны равномерно располагаться по всей площади болота. В игре могут быть и 2 цапли.

Подвижная игра «Космонавты»

Цель: Развивать у детей внимание, ловкость, воображение. Упражнять в быстрой ориентировке в пространстве.

По краям площадки чертятся контуры ракет. Общее количество мест в ракетах должно быть меньше количества играющих детей. Посередине площадки космонавты, взявшись за руки, ходят по кругу, приговаривая: Ждут нас быстрые ракеты. На такую полетим!

Для прогулок по планетам. Но в игре один секрет:

На какую захотим, Опоздавшим места нет.

С последними словами дети отпускают руки и бегут занимать места в ракете. Те, кому не хватило места в ракетах, остаются на космодроме, а те, кто сидит в ракетах, поочередно рассказывают, где пролетают и что видят. После этого все снова встают в круг, и игра повторяется. Во время полета вместо рассказа о виденном детям предлагается выполнять различные упражнения, задания, связанные с выходом в космос, и др.

Подвижная игра «Сокол и голуби»

Цель: упражнять детей в беге с увертыванием.

На противоположных сторонах площадки линиями обозначаются домики голубей. Между домиками находится сокол (водящий). Все дети – голуби. Они стоят за линией на одной стороне площадки. Сокол кричит: «Голуби, летите!» голуби перелетают (перебегают) из одного домика в другой, стараясь не попасться соколу. Тот, до кого сокол дотронулся рукой, отходит в сторону. Когда будет поймано 3 голубя, выбирают другого сокола.

Подвижная игра «Птички и клетка»

Цель: повышение мотивации к игровой деятельности, упражнять бег – в положении полусидя с ускорением и замедлением темпа передвижения.

Дети распределяются на две группы. Одна образует круг в центре площадки (дети идут по кругу, держась за руки) – это клетка. Другая подгруппа – птички. Воспитатель говорит: «Открыть клетку!» Дети, образующие клетку, поднимают руки. Птички влетают в клетку (в круг) и тут же вылетают из нее. Воспитатель говорит: «Закреть клетку!» дети опускают руки. Птички, оставшиеся в клетке, считаются пойманными. Они встают в круг. Клетка увеличивается, и игра продолжается, пока не останется 1-3 птички. Затем дети меняются ролями.

Подвижная игра «Самолеты»

Цели: учить детей медленному бегу, держать спину и голову прямо во время бега, соблюдать расстояние между друг другом, развивать ориентировку в пространстве.

I вариант: дети бегают по площадке, изображая самолеты (расставив руки в стороны). Самолеты не должны сталкиваться и ломать крылья. Потерпевшие аварию подходят к воспитателю. После ремонта они вновь отправляются в полет. Игра продолжается 2-3 мин.

II вариант: дети размещаются вокруг воспитателя в одном углу площадки и приседают на корточки. Это – самолеты на аэродроме. По сигналу воспитателя самолеты друг за другом отправляются в полет и летают

(медленно) в любых направлениях, стараясь не задевать друг друга крыльями (вытянутыми в стороны руками). По сигналу самолеты заходят на посадку и занимают место на аэродроме. В конце игры отмечаются лучшие, летавшие без аварий. Игра повторяется 3-4 раза.

Подвижная игра «У кого мяч»

Цели: учить держать спину ровно, укреплять мышцы спины, упражнять передачу мяча.

Дети образуют круг. Выбирают водящего (становится в центр круга), остальные плотно придвигаются друг к другу. Дети передают мяч по кругу за спиной. Водящий старается угадать, у кого мяч, он произносит «Руки!» и тот, к кому обращаются, должен показать обе руки ладонями вверх. Если водящий угадал, он берет мяч и становится в круг.

Подвижная игра «Совушка»

Цели: развитие внимания, реакции на словесную команду и произвольной регуляции поведения.

На площадке обозначается гнездо совы. Остальные – мышки, жучки, бабочки. По сигналу «День!» — все ходят, бегают. Через некоторое время звучит сигнал «Ночь!» и все замирают, оставаясь в той позе, в которой их застала команда. Совушка просыпается, вылетает из гнезда и того, кто пошевелится, уводит в свое гнездо.

Подвижная игра «Бездомный заяц»

Цели: упражнение кратковременного быстрого бега и бега с увертыванием, развитие реакции на быстрое принятие решения.

Из числа играющих выбираются «охотник» и «бездомный заяц». Остальные дети – зайцы располагаются в домиках (начерченных на земле кругах). Бездомный заяц убегает от охотника. Спасти себя заяц может, забежав в чей-то домик, но тогда заяц, стоявший в кружке, становится бездомным зайцем и должен сейчас же бежать. Через 2-3 мин воспитатель меняет охотника.

3.4. Календарно тематическое планирование КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ дополнительной общеобразовательной программы «Физкультушка» - 1 год обучения, группа старшая (5-6 лет)

№	Неделя	Название темы занятия	Кол-во часов	Дата занятия по плану	Дата занятия по факту	Форма аттестации/контроля
Сентябрь						
1	1 неделя	Вводное занятие. ОРУ без предметов. Развитие прыгучести. Подвижные игры.	1			
2	2 неделя	«Школа мяча» Теоретические знания «Как	1			

		появился мяч?». Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Стойка при метании. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.				
3	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с гимнастической палкой. Ползание на четвереньках различными способами. Подлезание под дугу. Лазанье по гимнастической лестнице. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.	1			
4	4 неделя	Спортивные игры. Баскетбол. Теоретические знания об игре «Баскетбол». Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами баскетбола: ведение мяча на месте, в движении, подбрасывание и ловля мяча. Подвижная игра с элементами баскетбола. Малоподвижная игра на внимание.	1			
Октябрь						
5	1 неделя	Лёгкая атлетика. Теоретические знания: «Что такое Лёгкая атлетика?». Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с косичкой. Прыжки в высоту разными способами. Прыжки в	1			

		длину с двух ног. Подвижная игра. Малоподвижная игра на внимание. Массаж.				
6	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Прокатывание мяча разными способами. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.	1			
7	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с обручем. Строевые упражнения. Стойка на лопатках. Лазанье по гимнастической лестнице. Прыжки на скакалке. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.	1			
8	4 неделя	Спортивные игры. Футбол. Теоретические знания об игре «Футбол». Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами футбола: ведение мяча, упражнения с мячом на месте и в движении. Подвижная игра с элементами футбола. Малоподвижная игра на внимание.	1			
Ноябрь						
9	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. Упражнения, направленные на развитие скоростных качеств. Формирование скорости	1			

		реакции. Подвижная игра. Малоподвижная игра на внимание. Самомассаж.				
10	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Упражнения с мячом в парах (передача и ловля мяча). Подвижная игра с мячом. Ходьба в колонне по одному с заданиями.	1			
11	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с кубиками. Строевые упражнения. Развитие координации. Упражнения на гимнастической скамье. Подлезание под дугу прямо и боком. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.	1			
12	4 неделя	Спортивные игры. Пионербол. Теоретические знания об игре «Волейбол». Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с мячом: броски мяча из разных положений в цель. Подвижная игра с мячом. Упражнения на координацию.	1			
Декабрь						
13	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. Прыжки в высоту. Спрыгивание с различной высоты с правильным приземлением. Подвижная игра. Малоподвижная игра на развитие памяти. Самомассаж.	1			

14	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Прокатывание мяча разными способами. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.	1			
15	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ на гимнастической скамье. Строевые упражнения. Развитие координации. Упражнения на гимнастической скамье. Подлезание под шнур прямо и боком. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.	1			
16	4 неделя	Спортивные игры. Баскетбол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами баскетбола: ведение мяча на месте, в движении, подбрасывание и ловля мяча. Подвижная игра с элементами баскетбола. Малоподвижная игра на внимание.	1			
Январь						
17	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. Развитие выносливости. Беговые упражнения. Прыжки в высоту разными способами. Подвижные игры.	1			
18	2 неделя	Школа мяча. Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с малыми мячами. Метание малого мяча в вертикальную и	1			

		горизонтальную цель. Метание мешочков в даль. Стойка при метании. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.				
19	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ со скакалкой. Ползание на четвереньках различными способами. Подлезание под дугу. Лазание по гимнастической лестнице. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.	1			
20	4 неделя	Спортивные игры. Баскетбол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ на фитболах. СРУ с элементами баскетбола: ведение мяча на месте, в движении, подбрасывание и ловля мяча. Подвижная игра с элементами баскетбола. Малоподвижная игра на внимание.	1			
Февраль						
21	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с гантелями. Прыжки в высоту разными способами. Прыжки в длину с двух ног. Подвижная игра. Малоподвижная игра на внимание. Массаж.	1			
22	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Прокатывание мяча различными способами.	1			

		Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с мешочками на голове.				
23	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с обручем. Прокатывание обруча разными способами. Лазанье по гимнастической лестнице. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.	1			
24	4 неделя	Спортивные игры. Футбол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами футбола в парах. Подвижная игра с элементами футбола. Малоподвижная игра на внимание.	1			
Март						
25	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. Упражнения, направленные на развитие скоростных качеств. Формирование скорости реакции. Подвижная игра. Малоподвижная игра на внимание. Самомассаж.	1			
26	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Упражнения с мячом в парах (передача и ловля мяча). Подвижная игра с мячом. Ходьба в колонне по одному с заданиями.	1			
27	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с лентами. Строевые	1			

		упражнения. Развитие координации. Упражнения на гимнастической скамье. Подлезание под дугу прямо и боком. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.				
28	4 неделя	Спортивные игры. Пионербол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с мячом: броски и ловля мяча из разных положений через сетку. Подвижная игра с мячом. Упражнения на координацию.	1			
Апрель						
29	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. Прыжки в высоту. Спрыгивание с различной высоты с правильным приземлением. Подвижная игра. Малоподвижная игра на развитие памяти. Самомассаж.	1			
30	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. Прокатывание мяча разными способами. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.	1			
31	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ на гимнастической скамье. Строевые упражнения. Развитие координации. Упражнения на гимнастической скамье. Подлезание под шнур прямо и боком. Подвижная игра. Игра малой	1			

		подвижности. Самомассаж.				
32	4 неделя	Спортивные игры. Баскетбол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами баскетбола: ведение мяча на месте, в движении, подбрасывание и ловля мяча. Подвижная игра с элементами баскетбола. Малоподвижная игра на внимание.	1			
Май						
33	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. Развитие выносливости. Беговые соревновательные упражнения. Эстафета.	1			
34	2 неделя	Школа мяча. Подвижные игры с мячом.	1			
35	3 неделя	Гимнастика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с гимнастическими палками. Полоса препятствий. Прыжки на скакалке. Подвижные игры.	1			
36	4 неделя	Спортивные игры. Футбол. Праздник футбола.	1			

Объем учебной нагрузки на учебный год: 36 академических часа на одну группу

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
дополнительной общеобразовательной программы «Физкультушка»
- 2 год обучения, группа старшая (6-7 лет)

№	Неделя	Название темы занятия	Кол-во часов	Дата занятия по плану	Дата занятия по факту	Форма аттестации/контроля
Сентябрь						
1	1 неделя	Вводное занятие. ОРУ без предметов. Развитие	1			

		прыгучести. Подвижные игры.				
2	2 неделя	«Школа мяча» Закрепить теоретические знания «Как появился мяч?». Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Переброска мяча стоя в шеренгах Стойка при метании. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.	1			
3	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с лентой. Ползание на четвереньках различными способами. Подтягивание тела на «шведской стенке» Подлезание под дугу. Лазание по гимнастической лестнице. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.	1			
4	4 неделя	Спортивные игры. Баскетбол. Закрепить теоретические знания об игре «Баскетбол». Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами баскетбола: ведение мяча на месте, в движении, подбрасывание и ловля мяча. Добиваться четкости и качества выполнения упражнений Подвижная игра с элементами баскетбола. Малоподвижная игра на внимание.	1			
Октябрь						

5	1 неделя	Лёгкая атлетика. Теоретические знания: «Что такое Лёгкая атлетика? такое тяжелая атлетика». Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с косичкой. Прыжки в высоту разными способами. Прыжки в длину с двух ног. Подвижная игра. Малоподвижная игра на внимание. Массаж.	1			
6	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Прокатывание мяча разными способами. Передача мяча вытянутыми руками над головой. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.	1			
7	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с гимнастической палкой. Строевые упражнения. Стойка на лопатках. Лазанье по гимнастической лестнице. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. Прыжки на скакалке. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.	1			
8	4 неделя	Спортивные игры. Футбол. Теоретические знания об игре «Футбол». Познакомить с правилами игры, игровым полем, разметкой. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без	1			

		предметов. СРУ с элементами футбола: ведение мяча, упражнения с мячом на месте и в движении. Переброска мяча стоя в шеренгах. Подвижная игра с элементами футбола. Малоподвижная игра на внимание.				
Ноябрь						
9	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. Упражнения, направленные на развитие скоростных качеств. Метание мешочков на дальность. Формирование скорости реакции. Подвижная игра. Малоподвижная игра на внимание. Самомассаж.	1			
10	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Упражнения с мячом в парах (передача и ловля мяча). Броски мяча друг другу в паре. Подбрасывание малого мяча вверх и ловля его. Подвижная игра с мячом. Ходьба в колонне по одному с заданиями.	1			
11	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с кубиками. Строевые упражнения. Развитие координации. Упражнения на гимнастической скамье. Ползание по скамейке с мешочком на спине. Подлезание под дугу	1			

		прямо и боком. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.				
12	4 неделя	Спортивные игры. Пионербол. Закрепить теоретические знания об игре «Волейбол». Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с мячом: броски мяча из разных положений в цель. Передача мяча друг другу за спиной. Подвижная игра с мячом. Бросание мяча в середину между шеренгами и ловля его. Упражнения на координацию.	1			
Декабрь						
13	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. Прыжки в высоту. Прыжки в длину с места. Спрыгивание с различной высоты с правильным приземлением. Ходьба на носочках между предметами. Подвижная игра. Малоподвижная игра на развитие памяти. Самомассаж.	1			
14	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Прокатывание мяча разными способами. Броски мяча в корзину 2 руками. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.	1			
15	3 неделя	Гимнастика	1			

		Разминка в ходьбе и беге. ОРУ на гимнастической скамье. Строевые упражнения. Развитие координации. Упражнения на гимнастической скамье. Ползание по скамейке на ладонях и коленях, на животе. Подлезание под шнур прямо и боком. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.				
16	4 неделя	Спортивные игры. Баскетбол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами баскетбола: ведение мяча на месте, в движении, подбрасывание и ловля мяча. Закрепить элементы техники игры в баскетбол: бросок, ловля мяча, добиваться точности выполнения. Подвижная игра с элементами баскетбола. Малоподвижная игра на внимание.	1			
Январь						
17	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. Развитие выносливости. Беговые упражнения. Прыжки в высоту разными способами. Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их. Подвижные игры.	1			
18	2 неделя	Школа мяча. Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с малыми мячами. Метание малого мяча в вертикальную и	1			

		горизонтальную цель. Метание мешочков в даль. Метание мешочков в обруч правой и левой рукой. Стойка при метании. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.				
19	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ со скакалкой. Прыжки через короткую скакалку продвигаясь вперед. Ползание на четвереньках различными способами. Ползание под шнур не касаясь руками. Подлезание под дугу. Лазанье по гимнастической лестнице. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самоmassage.	1			
20	4 неделя	Спортивные игры. Баскетбол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ на фитболах. СРУ с элементами баскетбола: ведение мяча на месте, в движении, подбрасывание и ловля мяча. Броски мяча в корзину с расстояния 3 метра, в кольцо высотой 2 метра. Подвижная игра с элементами баскетбола. Малоподвижная игра на внимание.	1			
Февраль						
21	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с гантелями. Ходьба по канату боком. Прыжки в высоту разными способами. Прыжки в	1			

		длину с двух ног. Прыжки с высоты на полусогнутые ноги. Подвижная игра. Малоподвижная игра на внимание. Массаж.				
22	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Прокатывание мяча разными способами. Отбивание мяча одной рукой. Перебрасывание мяча в шеренгах. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с мешочками на голове.	1			
23	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с обручем. Прокатывание обруча разными способами. Пробегание через движущийся обруч. Лазанье по гимнастической лестнице. Ходьба по гимнастической скамейке боком. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.	1			
24	4 неделя	Спортивные игры. Футбол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами футбола в парах. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: ведение, удар, обводка, передача мяча. Подвижная игра с элементами футбола. Малоподвижная игра на внимание.	1			

Март						
25	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с флажками. Упражнения, направленные на развитие скоростных качеств. Формирование скорости реакции. Непрерывный бег ускоренным темпом 30 секунд + минуту умеренным темпом. Восстановление дыхания ходьбой. Подвижная игра. Малоподвижная игра на внимание. Самомассаж.	1			
26	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. ОРУ с мячом. Упражнения с мячом в парах (передача и ловля мяча). Перебрасывание мяча друг другу через шнур. Подвижная игра с мячом. Ходьба в колонне по одному с заданиями.	1			
27	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с лентами. Строевые упражнения. Развитие координации. Упражнения на гимнастической скамье. по гимнастической скамейке боком и приставным шагом. Ползание на четвереньках между предметами. Подлезание под дугу прямо и боком. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.	1			
28	4 неделя	Спортивные игры. Пионербол. Разминка в ходьбе и беге.	1			

		ОРУ без предметов. СРУ с мячом: броски и ловля мяча из разных положений через сетку. Ведение мяча двумя руками. Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками. Подвижная игра с мячом. Упражнения на координацию.				
Апрель						
29	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ м мешочками. Метание мешочков на дальность. Прыжки в высоту. Прыжки в длину с места. Спрыгивание с различной высоты с правильным приземлением. Прыжки через преграду. Подвижная игра. Малоподвижная игра на развитие памяти. Самомассаж.	1			
30	2 неделя	«Школа мяча» Разминка в ходьбе, беге. Прокатывание мяча разными способами. Прокатывание мяча между предметами. Бросание мяча вверх и ловля его. Ведение мяча в прямом направлении. Подвижная игра. Ходьба в колонне по одному с заданиями.	1			
31	3 неделя	Гимнастика Разминка в ходьбе и беге. ОРУ на гимнастической скамье. Строевые упражнения. Развитие координации. Упражнения на гимнастической скамье.	1			

		Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной. Подлезание под шнур прямо и боком. Подвижная игра. Игра малой подвижности. Самомассаж.				
32	4 неделя	Спортивные игры. Баскетбол. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ без предметов. СРУ с элементами баскетбола: ведение мяча на месте, в движении, подбрасывание и ловля мяча, учить простейшим видам парного взаимодействия. Ведение мяча на месте. Подвижная игра с элементами баскетбола. Малоподвижная игра на внимание.	1			
Май						
33	1 неделя	Лёгкая атлетика. Разминка в ходьбе и беге. Развитие выносливости. Беговые соревновательные упражнения. Эстафета беговая. Бег 30 метров. Гибкость. Отжимание. Прыжок в длину. Метание.	1			
34	2 неделя	Школа мяча. Эстафета с мячом. Подвижные игры с мячом.	1			
35	3 неделя	Гимнастика. Разминка в ходьбе и беге. ОРУ с гимнастическими палками. Полоса препятствий. Строевые упражнения. Ходьба по канату. Лазание по гимнастической скамейке.	1			

3.5. План воспитательной работы педагога дополнительного образования

СЕНТЯБРЬ

Мероприятия	Возраст воспитанников	Ответственные
Патриотическое направление воспитания явление воспитания		
День окончания Второй мировой войны	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День памяти воинов, павших в Крымской войне 1853- 1856 годов	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День государственного флага и государственного герба Р Крым	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Трудовое направление воспитания		
День воспитателя и всех дошкольных работников	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Познавательное направление воспитания		
День знаний	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День солидарности в борьбе с терроризмом	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Международный день распространение грамотности	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Духовно – нравственное направление воспитания		
Международный день благотворительности	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Всероссийская благотворительная акция «Белый цветок»	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Физическое и оздоровительное направление воспитания		
Международный день туризма	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп, инструктор по физической культуре

ОКТАБРЬ

Мероприятия	Возраст воспитанников	Ответственные
Патриотическое направление воспитания		
Праздник белых журавлей	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп, музыкальный руководитель
Трудовое направление воспитания		

День учителя	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Международный день поваров	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Познавательное направление воспитания		
День защиты животных	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Духовно – нравственное направление воспитания		
Всемирный день хлеба	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Социальное направление воспитания		
Международный день пожилого человека	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День отца в России	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Эстетическое направление воспитания		
Международный день музыки	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп

НОЯБРЬ

Мероприятия	Возраст воспитанников	Ответственные
Патриотическое направление воспитания		
День народного единства	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп, музыкальный руководитель
День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День Государственного герба РФ	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Трудовое направление воспитания		
«Трудовой десант дошколят!»	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Познавательное направление воспитания		
Синичкин день	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День рождения Самуила Маршака	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Духовно – нравственное направление воспитания		
Международный день защиты белок	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Социальное направление воспитания		
День матери в России	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Физическое и оздоровительное направление воспитания		
Быстрые, ловкие, умелые	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Эстетическое направление воспитания		
День рождения Деда Мороза	Старшая группа (5-6)	Воспитатели групп

	Подготовительная (6- 7)	
ДЕКАБРЬ		
Мероприятия	Возраст воспитанников	Ответственные
Патриотическое направление воспитания		
День неизвестному солдату	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День Героев Отечества	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День памяти крымчаков и евреев Крыма - жертв нацизма	Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Трудовое направление воспитания		
День спасателей России	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6- 7)	Воспитатели групп
Познавательное направление воспитания		
День Конституции Российской Федерации	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Духовно – нравственное направление воспитания		
День медведя в России	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Новый год	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6- 7)	Воспитатели групп
Социальное направление воспитания		
Международный день инвалидов	Старшая группа (5-6) Подготовительная (67)	Воспитатели групп
День добровольца (волонтера)	Подготовительная (6- 7)	Воспитатель группы
Физическое и оздоровительное направление воспитания		
Международный день чая	Старшая группа (5-6) Подготовительная (67)	Воспитатели групп
Эстетическое направление воспитания		
День заказов подарков Деду Морозу	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6- 7)	Воспитатели групп
Международный день художника	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп

ЯНВАРЬ

Мероприятия	Возраст воспитанников	Ответственные
Патриотическое направление воспитания		
День Республики Крым	Старшая группа (5-6) Подготовительная (67)	Воспитатели групп
День полного освобождения Ленинграда от фашистки блокады	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День памяти Холокоста	Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Трудовое направление воспитания		
Всемирный день ювелира	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6- 7)	Воспитатели групп
Познавательное направление воспитания		
День заповедников и национальных	Старшая группа (5-6)	Воспитатели групп

парков	Подготовительная (6-7)	
Духовно – нравственное направление воспитания		
Международный день объятий	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Социальное направление воспитания		
Всемирный день «Спасибо»	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп, педагог - психолог
Физическое и оздоровительное направление воспитания		
Зимние олимпийские игры	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Эстетическое направление воспитания		
День детских изобретений	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп

ФЕВРАЛЬ

Мероприятия	Возраст воспитанников	Ответственные
Патриотическое направление воспитания		
День разгрома советскими войсками немецко – фашистских войск в Сталинградской битве	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День защитника Республики Крым	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День защитника Отечества	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Трудовое направление воспитания		
День орнитолога	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Познавательное направление воспитания		
День российской науки	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День полосок и пятнышек	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Международный день родного языка	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Духовно – нравственное направление воспитания		
День спонтанного проявления доброты	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Социальное направление воспитания		
День неторопливости	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День белого полярного медведя	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Физическое и оздоровительное направление воспитания		
«День защитника Отечества» (спорт.)	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели, музыкальные

		руководитель
Эстетическое направление воспитания		
«День памяти А.С. Пушкина»	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп

МАРТ

Мероприятия	Возраст воспитанников	Ответственные
Патриотическое направление воспитания		
День воссоединения Крыма с Россией «Крымская Весна!»	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели, музыкальный руководитель
День Общекрымского референдума 2014 года	Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Трудовое направление воспитания		
Всемирный день детской поэзии	Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Познавательное направление воспитания		
Всемирный день водных ресурсов	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День кошек	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Духовно – нравственное направление воспитания		
Масленица	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Социальное направление воспитания		
Международный женский день	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Физическое и оздоровительное направление воспитания		
«День защитника Отечества» (спорт.)	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели, музыкальные руководитель
Эстетическое направление воспитания		
Международный день театра	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День Корнея Чуковского 31 марта	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп

АПРЕЛЬ

Мероприятия	Возраст воспитанников	Ответственные
Патриотическое направление воспитания		
День начала Крымской наступательной операции 1944 года по освобождению Крыма от фашистских захватчиков	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День Конституции Республики Крым	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День космонавтики	Старшая группа (5-6)	Воспитатели групп

	Подготовительная (6 - 7)	
Трудовое направление воспитания		
День пожарных РФ	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Международный день детской книги	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Познавательное направление воспитания		
Международный день птиц	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
День Матери – Земли (День Земли)	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Всероссийский День Эколят	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Духовно – нравственное направление воспитания		
Ораза - байрам	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Социальное направление воспитания		
День брата и сестры	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Физическое и оздоровительное направление воспитания		
Международный день спорта	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6 - 7)	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Всемирный день здоровья	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	инструктор по физической культуре
Эстетическое направление воспитания		
Международный день танца	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп, музыкальный руководитель

МАЙ

Мероприятия	Возраст воспитанников	Ответственные
Патриотическое направление воспитания		
День Победы	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6 - 7)	Воспитатели групп
День памяти жертв депортации	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6 - 7)	Воспитатели групп, коллектив ДОУ
Трудовое направление воспитания		
День Весны и Труда	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Познавательное направление воспитания		
День славянской культуры и письменности	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Всемирный день черепахи	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6 - 7)	Воспитатели групп
Духовно – нравственное направление воспитания		
Пасха Христовая	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп

Социальное направление воспитания		
День детских общественных организаций России	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп
Физическое и оздоровительное направление воспитания		
День рождения велосипедного спорта	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6 - 7)	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Эстетическое направление воспитания		
Международный день музеев	Старшая группа (5-6) Подготовительная (6-7)	Воспитатели групп, музыкальный руководитель

В данной книге проштудировано
прономфровано и списано
Заведующий А.К. Лабченко
год (страниц)
лабченко

