

**Результаты реализации Дополнительной
общеобразовательной программы
физкультурно-спортивной направленности
детей 6 -8 лет
«Спортивный резерв»
на 2025 – 2026 учебный год**

Составитель: Прокина П.В
Инструктор по физической культуре

1 КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Программа направлена на овладение воспитанниками основных двигательных навыков (бег, прыжки, метание, лазание, равновесие) и развитие базовых физических качеств (ловкость, координация, быстрота, выносливость, гибкость), а также на формирование устойчивого интереса к здоровому образу жизни и регулярным занятиям физической культурой. Обучение по данной программе создает благоприятные условия для гармоничного физического и психомоторного развития личности обучающегося, для формирования дисциплины, волевых качеств, навыков командного взаимодействия, развития познавательной активности и проявления индивидуальных способностей в двигательной деятельности.

Актуальность программы обусловлена возрастающей потребностью в раннем и систематическом физическом развитии детей в условиях современного общества, характеризующегося снижением двигательной активности и ростом зависимости от гаджетов. Программа отвечает запросу родителей на качественные физкультурно-оздоровительные занятия для своих детей, обеспечивая формирование прочного фундамента для будущих занятий спортом, укрепления здоровья и формирования устойчивого интереса к здоровому образу жизни с самого раннего возраста. Раннее приобщение к организованным физкультурно-спортивным занятиям способствует профилактике многих заболеваний и гармоничному развитию личности ребенка.

Новизна программы состоит в ее направленности на создание системного, развивающего и радостного подхода к ранней физической подготовке в условиях ДООУ. Она не просто предлагает набор упражнений, а интегрирует современные игровые методики и подходы к развитию двигательных навыков, учитывая психофизиологические особенности детей 6-8 лет. Программа акцентирует внимание не на отборе "спортивного резерва" в привычном смысле, а на создании широкой базы для общего гармоничного физического развития, приобщении к ценностям спорта и формировании любви к движению, что является настоящим "резервом" здоровья и активного образа жизни для будущего.



ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: Развитие физических качеств и двигательных навыков воспитанников через активное участие в спортивных играх и упражнениях, формирование интереса и любви к физической культуре и здоровому образу жизни.

Задачи:

Обучающие (направленные на достижение предметных результатов):

1. Формировать у воспитанников знания о базовых правилах подвижных и спортивных игр, а также о значении физической активности для здоровья.
2. Приобретать и совершенствовать основные двигательные навыки (бег, прыжки, метание, лазание, равновесие).
3. Формировать практические навыки правильного выполнения физических упражнений, взаимодействия в команде и использования спортивного инвентаря.

Развивающие (направленные на достижение метапредметных результатов):

1. Развивать двигательную активность и инициативу воспитанников путём самостоятельной постановки и решения двигательных задач в игровых ситуациях.
2. Развивать внимание, память, координацию движений, пространственную ориентацию, быстроту реакции, общую моторику.
3. Развивать устойчивый интерес к физической культуре, спортивным играм и активному образу жизни.

Воспитывающие (направленные на достижение личностных результатов):

1. Формировать коммуникативные навыки воспитанников через взаимодействие в коллективе, умение соблюдать правила игры, проявлять взаимовыручку и дисциплину.
2. Воспитывать культуру спортивного поведения (честность, уважение к сопернику и правилам), аккуратность в обращении со спортивным инвентарем и соблюдение правил безопасности во время занятий.
3. Формировать осознанные навыки здорового образа жизни (режим дня, гигиена, значение физических нагрузок) и безопасного поведения в процессе физической активности.

В течение года с детьми была проведена работа по следующим темам

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
Двигательная культура (28 часов)					
1	Диагностика уровня развития	4	1	3	наблюдение, анализ
2	Построение, перестроение	4		4	наблюдение, анализ
3	Учимся правильно ходить	4		4	тренировочные игры
4	Учимся бегать	4		4	тренировочные игры
5	Учимся прыгать	4		4	тренировочные игры
6	Стану выносливым	4		4	тренировочные игры
7	Физический досуг	4		4	товарищеские игры
Школа мяча (20 часов)					
8	Подбрасывание и ловля мяча	4	1	3	наблюдение, анализ, тренировочные игры
9	Отбивание мяча от пола ладонью	4		4	тренировочные игры
10	Ведение мяча	4		4	тренировочные игры
11	Метание мяча в цель	4		4	тренировочные игры
12	Физкультурный досуг	4		4	товарищеские игры
Игра- обучение, развитие (20 часов)					
13	Спортивные игры	4	1	3	товарищеские игры
14	Подвижные игры	4		4	товарищеские игры
15	Физкультминутки	4		4	товарищеские игры
16	Игры, танцы, упражнения	4		4	товарищеские игры
17	Спортивный досуг	4		4	товарищеские игры
Учись быть здоровым (6 часов)					
18	Правильная осанка	2	1	1	наблюдение, анализ
19	Береги себя	1		1	наблюдение, анализ
20	Куда девается пища	1		1	беседа, опрос
21	Среди красок природы	1		1	тренировочные игры
22	Итоговое занятие	1		1	подведение итогов
ВСЕГО ЧАСОВ:		74	4	70	

Фото-отчёт о проведении занятия на тему: «Построения , перестроения»

✓ На занятии мы отработали четкие построения в 2, 3 и 4 колонны, как в движение, так и на месте.



Фото-отчёт о проведении занятия на тему: «Подбрасывание и ловля мяча»



На занятии мы развивали :

- ✓ Координацию движений: чтобы мяч летел точно в цель и приземлялся в руки.
- ✓ Ловкость и быстроту реакции: ведь мяч ждать не будет!
- ✓ Внимание и концентрацию: чтобы не упустить ни одного момента.
- ✓ Моторику и мышечную память: для уверенного владения спортивным снарядом.

Фото-отчёт о проведении занятия на тему: «Стану выносливым»

- ✓ Наши маленькие спортсмены с огромным энтузиазмом отрабатывали разнообразные физические упражнения! Они развивали ловкость, укрепляли мышцы и, конечно же, тренировали свою выносливость



Фото-отчёт о проведении занятия на тему: «Бег, ходьба»

- ✓ На занятии мы уделили особое внимание правильному выполнению базовых движений – бега и ходьбы



Фото-отчёт о проведении занятия на тему: «Метание мяча»



На занятии мы уделили особое внимание правильному выполнению броска в цель

Фото-отчёт о проведении занятия на тему: «Ходьба на лыжах»



- ✓ На занятиях дети выполняли следующие упражнения:
Повороты на месте способом переступания, ходьба на лыжах скользящим шагом, ходьба на лыжах ступающим шагом.



Физкультурный досуг: «Тренировочный лагерь спасателя МЧС»

- ✓ Ребята проявили себя с самой лучшей стороны, с блеском выполняя ответственные задания: тушили условный костер 🔥, разбирали завалы 🧱, спасали плюшевых друзей из-под завалов и даже героически справлялись с «дымовой завесой», демонстрируя ловкость и смекалку!



Физкультурный досуг: «Новогодние Веселые старты»



- ✓ Ребята соревновались в спортивных эстафетах и вместе преодолевали препятствия, поддерживая друг друга на каждом шаге.

Физкультурный досуг «Зимние веселые старты»

- ✓ Ребята с удовольствием преодолевали препятствия, бегали, прыгали и поддерживали друг друга



Фото-отчёт о проведении занятия на тему: «Подвижные игры»



✓ На занятии дети познакомились с разнообразными подвижными играми.

Фото-отчёт об участии в муниципальных соревнованиях.



Муниципальные соревнования «Веселые старты» -
2 Место



Муниципальные соревнования по общей
физической подготовке – 4 место

Фото-отчёт об участии в муниципальных соревнованиях.



Муниципальные соревнования
«Лыжный спорт» – 6 место



Муниципальные соревнования «спортивный мяч» – 1 Место



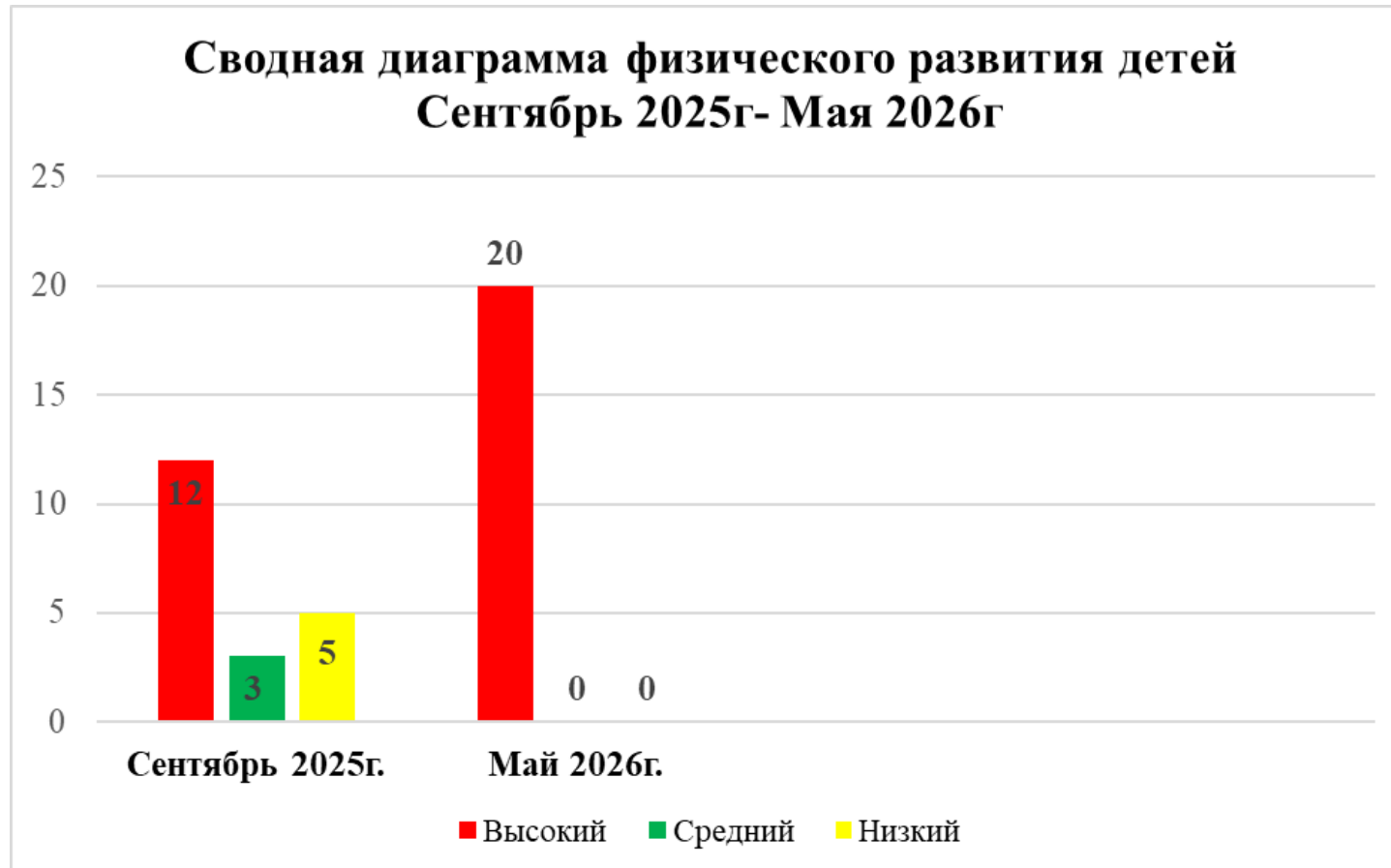
Фото-отчёт об участии в муниципальных соревнованиях.



Муниципальные соревнования «Легкая атлетика» – 2 Место

Результаты мониторинга

В целом, результаты мониторинга свидетельствуют об эффективности кружка «Спортивный резерв» в развитии физических качеств детей. Наблюдается значительное улучшение физической подготовки участников кружка за период его реализации.



Результаты мониторинга

В рамках мониторинга физического развития, участникам дополнительной общеразвивающей программы «Спортивный резерв» были предложены специализированные тесты, направленные на оценку ключевых показателей. Полученные результаты были тщательно зафиксированы и внесены в таблицу

№	Ф.И. ребенка	Прыжок в длину с места		Наклон туловища вперед из положения сидя		Бег 10 метров с хода		Бег 30 метров		Метание набивного (медицинского) мяча весом 1 кг вдаль двумя руками		Уровень физической подготовленности	
		Сентябрь	Май	Сентябрь	Май	Сентябрь	Май	Сентябрь	Май	Сентябрь	Май	Сентябрь	Май
1.	Дружинин Савелий	127	153	2	14	3.2	3.1	6.9	6.1	261	275	В	В
2.	Каптанов Константин	126	156	4	12	3.4	3.2	6.9	5.9	260	274	В	В
3.	Кийло Дамир	137	156	6	15	3.1	3.1	6.8	6.0	265	273	В	В
4.	Куценко Тимур	105	155	5	16	3.1	3.0	6.8	6.2	263	275	В	В
5.	Коткова Анисия	-	130	-	16	-	3.7	-	6.4	-	243	-	В
6.	Трушкова София	122	135	9	15	3.9	3.5	6.9	6.5	232	245	В	В
7.	Ващукова Анна	112	125	7	10	3.7	3.5	7.6	7.3	230	242	В	В
8.	Пургина Вероника	118	135	8	11	3.9	3.4	7.5	7.0	234	245	В	В
9.	Суставова София	96	129	10	18	3.8	3.5	8.7	7.5	227	240	С	В
10.	Раупов Дамир	-	130	-	10	-	3.4	-	6.7	-	265	-	В
11.	Лавров Марсель	128	137	7	10	3.3	3.1	7.0	6.7	264	268	В	В
12.	Карсюк Александр	102	128	5	9	3.2	3.0	7.3	6.6	267	270	В	В
13.	Огнев Дмитрий	135	139	3	9	3.4	3.1	7.3	6.6	265	272	В	В
14.	Вотинцева Сумая	120	140	8	18	3.3	3.0	7.9	6.7	235	245	В	В
15.	Важенин роман	107	128	9	10	3.8	3.5	7.6	6.9	255	268	С	В

Заключение

Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивный резерв» подарил нашим малышам море весёлых стартов, подвижных игр и первых спортивных достижений! Мы не останавливаемся: впереди — ещё больше движения, игр и улыбок. Моя цель проста: чтобы каждый ребёнок полюбил спорт, а каждый день приносил радость и энергию.

Вместе — к новым победам, шаг за шагом!

