

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города
Калининграда детский сад № 51

РАСМОТРЕНО
на педагогическом совете
Протокол № 7 от «16» июня 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ д/с №51
 Ерошевич М.А.
от «16» июня 2021 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно – спортивной направленности

«Весёлый мяч»

Возраст обучающихся: 6-7 лет
Срок реализации программы: 9 месяцев

Программу составила: Андросова Вероника Николаевна,
инструктор по физической культуре

г. Калининград
2021

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Веселый мяч» имеет физкультурно - спортивную направленность.

Актуальность программы

Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопие, вызывает задержку возрастного развития.

Чтобы удовлетворить потребность детей в двигательной активности в детском саду необходимо проводить дополнительные кружки по физическому развитию.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

Новизна и отличительная особенность данной программы

Новизна данной программы заключается в комплексном решении задач оздоровления: физическое развитие детей организуется при изучении разных видов спорта (футбол, волейбол, баскетбол). Работа такого кружка является одним из новых и эффективных средств повышения двигательной активности детей. В системе физического воспитания дошкольников действия с мячом занимают важное место. Мяч - это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания.

Главной отличительной особенностью данной программы является обучение детей различным спортивным играм, таким как волейбол, футбол, баскетбол. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами разного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживают позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки. В действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. При передвижении по площадке ребенок упражняется в беге с ускорением, с

изменением направления, в беге в сочетании с ходьбой, с прыжками, в беге с остановкой, в беге с приставным шагом. Включается в работу левая рука, что важно для полноценного физического развития ребенка. Развиваются не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивается подвижность в суставах кисти пальцев рук. Структура занятий позволяет удовлетворить высокую двигательную потребность детей.

Адресат программы:

Дополнительная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 6-7 лет, посещающих МАДОУ д/с № 51.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 34 часа.

Форма обучения – очная

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в объединение – свободный. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав групп до 20 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 34 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 30 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 1 час. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Цель программы:

Формирование физического развития, физической подготовленности детей, а также достижение оптимальной двигательной активности с учетом интеграции образовательных областей, направленных на охрану и укрепление физического и психологического здоровья дошкольников. Ознакомление с техникой игры в футбол, баскетбол, и волейбол.

Задачи.

Обучающие:

1. Познакомить дошкольников с историей игры волейбол, футбол, баскетбол;
2. Научить детей владеть мячом;
3. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование, разучить индивидуальную тактику. Умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом;
4. Научить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила;
5. Формировать устойчивый интерес к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям с мячом, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Воспитательные:

1. Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели;
2. Воспитывать положительные морально – волевые качества.

Развивающие:

1. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.

Основные формы и методы обучения:

Для достижения поставленных целей и задач предусматривается отбор **основных форм и методов обучения**. В связи с этим, особое место в программе занимают следующие формы обучения: специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом, соревнования и состязания.

Каждое занятие условно разбивается на 3 части, которые составляют в комплексе целостное занятие:

1 часть включает в себя организационные моменты, изложение нового материала, инструктаж, планирование и распределение работы для каждого воспитанника на данное занятие;

2 часть – практическая работа воспитанников (индивидуальная или групповая, самостоятельная или совместно с педагогом, под контролем педагога). Здесь происходит закрепление теоретического материала, отрабатываются навыки и приемы;

3 часть – посвящена анализу проделанной работы и подведению итогов.

Формы подведения итогов реализации программы: итоговое открытое занятие для родителей воспитанников.

Хорошими показателями эффективной реализации программы является достойный уровень физического развития ребенка, положительное отношение к занятиям физкультурой и теми видами спорта, которые соответствуют его желаниям и способностям, что очень важно для поддержания здоровья на протяжении всей жизни.

Планируемые результаты:

Программа предполагает обязательный минимум по темам: футбол, баскетбол, волейбол.

К концу обучения дети могут знать:

- правила и методику спортивных игр;
- историю спортивных игр.

К концу обучения дети могут уметь:

- прокатывать мяч одной и двумя руками из разных положений между предметами;

- бросать мяч вверх и ловить его на месте и в движении;
- отбивать одной рукой на месте и в движении;
- передавать мяч друг другу в разных направлениях и разными способами;
- перебрасывать мяч через сетку;
- прокатывать набивной мяч друг другу и в ворота;
- забрасывать мяч в баскетбольное кольцо.

Механизм оценивания образовательных результатов по программе представлен в *Приложении 1*.

Учебный план

№п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Футбол»	12	1	11	итоговое открытое занятие
2	«Баскетбол»	11	1	10	
3	«Волейбол»	11	1	10	
Всего		34	3	31	

Содержание программы

Тема занятия	Кол – во часов	Содержание занятия	Необходимые материалы
Раздел «Футбол»			
Вводное занятие.	1	Познакомить детей со спортивной игрой футбол, правилами игры. Беседа «Спортивные игры с мячом». П.и. «Ловишка с мячом»	Футбольные мячи, наглядный материал.
Броски и отбивание мяча.	3	Учить работе с мячом при помощи ног. Учить передачи друг другу мяча с помощью ног. Учить останавливать мяч в движении. Учим отбивать движущийся мяч ногой Развивать глазомер, координацию движений. П.и. «Меткий стрелок», п.и. «Горячая картошка».	Футбольные мячи, конусы, наглядный материал.

Передачи мяча	4	Учить передачам мяча друг другу с помощью ног на месте, в движении. Закреплять умение гасить скорость летящего мяча. Воспитывать настойчивость в достижении результатов. П.и. «Охотники и куропатки», п.и. «Квадрат».	Футбольные мячи, конусы, фишки, наглядный материал.
Ведение мяча и забрасывание мяча в цель.	4	Обучаем ведению мяча по прямой и «змейкой». Повторяем пройденный материал. Развивать внимание, координацию движений. П.и. «Вышибалы», п.и. «Снайпер». Спортивная игра в командах «Юный футболист»	Футбольные мячи, конусы, фишки, ворота, наглядный материал.
Раздел «Баскетбол»			
Ведение мяча	4	Учить ведению мяча на месте, в движении, «змейкой». Упражнять ведению мяча по кругу. П.и. «не урони мяч», п.и. «Мяч ловцу», п.и. «Мяч в воздухе»	Мячи, конусы, фишки, наглядный материал.
Передачи мяча	3	Учить передачам мяча друг другу на месте, в движении. Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру из различных и.п. Перебрасывание мяча друг другу разными способами. П.и. «Ловушка с мячом», п.и. «Кого назвали, тот и ловит».	Мячи, конусы, фишки, наглядный материал.
Броски и забрасывание мяча в цель.	4	Закреплять умение бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно. Добиваться активного движения кисти руки при	Мячи, конусы, фишки, обруч, наглядный материал.

		броске мяча в корзину. Забрасывание мяча в корзину с трех шагов. Забрасывание мяча в корзину с разных точек площадки. Мини-соревнования по баскетболу.	
Раздел «Волейбол»			
Передачи мяча	4	Обучение техники приема и передачи мяча. Обучение техники приема и передачи мяча. Перебрасывание мяча друг другу в разных положениях. П.и. «Пятнашки», п.и. «Гонка мячей».	Мячи, конусы, фишки, наглядный материал.
Броски и отбивание мяча.	4	Обучение техники броска и отбивания мяча. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой на месте и в движении. П.и. «Попрыгунчики», п.и. «Не урони мяч».	Мячи, конусы, фишки, наглядный материал.
Передачи мяча и отбивание через сетку.	2	Отбивание мяча через сетку несколькими игроками. Перебрасывание мяча через сетку. Спортивная игра в командах «Юные спортсмены», Спортивное соревнования с мячом.	Мячи, конусы, фишки, сетка, наглядный материал.
Итоговое занятие	1	Показательное занятие. Спортивный праздник «Разноцветный быстрый мяч».	Мячи, конусы, фишки, сетка, обруч.

Календарный учебный график

Месяц/ число	Тема занятия	Кол – во часов	Время проведения занятия	Форма занятия	Место проведения/ Форма контроля

Раздел «Футбол»					
Сентябрь	Вводное занятие.	1	Согласно утвержден ного расписания	аудиторные	итоговое открытое занятие
	Броски и отбивание мяча.	3			
Октябрь	Передачи мяча	4			
Ноябрь	Ведение мяча и забрасывание мяча в цель.	4			
Раздел «Баскетбол»					
Декабрь	Ведение мяча	4	Согласно утвержден ного расписания	аудиторные	итоговое открытое занятие
Январь	Передачи мяча	3			
Февраль	Броски и забрасывание мяча в цель.	4			
Раздел «Волейбол»					
Март	Передачи мяча	4	Согласно утвержден ного расписания	аудиторные	итоговое открытое занятие
Апрель	Броски и отбивание мяча.	4			
Май	Передачи мяча и отбивание через сетку.	2			
	Итоговое занятие	1			

Организационно-педагогические условия

материально-технические: спортивный зал, музыкальный центр, обручи, различные мячи, конусы, фишки, сетка, баскетбольное кольцо.

учебно-методические: наглядные пособия, флеш накопители, музыкальные записи разных жанров, стилей, направлений, атрибуты для подвижных игр.

Список используемой литературы

Нормативные правовые акты

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

2. Распоряжение Правительства РФ об утверждении «Концепции развития дополнительного образования детей» от 04 сентября 2014 г. № 1726-р.

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП2.4. 3648 — 20 «Санитарно — эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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».

Для педагога:

1. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. — М.: Просвещение, 2009г.
2. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду— М.: Просвещение, 2010г.
3. Николаева Н.И. Школа мяча. Учебно —методическое пособие для педагогов ДОУ. –СПб.: Детство –пресс, 2012 г.
4. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! – М.: Вентана-Граф, 2015 г.

Приложение№1

Карта усвоения программы обучения

№	Ф.И.О.	Бросание мяча	Отбивание мяча	Метание мяча	Броски