

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 12 «Ромашка»



Утверждаю:
Заведующая МДОУ д/с №12 «Ромашка»
О. В. Меликова
«30» сентября 2022

Дополнительная общеобразовательная программа -дополнительная
общеразвивающая программа
«Секция мяча»

Программа рассчитана на:
старший дошкольный возраст
детей 5-7 лет

Разработчик : воспитатель Стуре Е. Н.

Содержание

1 Целевой раздел программы.....	2
1.1 Пояснительная записка.....	2
1.2 Цель и задачи Программы.....	2
1.3 Планируемые результаты реализации Программы.....	3
2 Содержательный раздел программы.....	4
2.1 Интеграция образовательных областей в Программе.....	4
2.2 Особенности организации проведения занятий с детьми.....	4
3 Организационный раздел программы.....	5
3.1 Планирование работы по Программе.....	5
3.2 Учебный план программы.....	6
3.3 Календарно-учебный график.....	7
3.4 Организация работы с родителями в процессе реализации программы.....	9
3.5 Материально-техническое обеспечение программы.....	9
3.6 Список литературы.....	9

1.Целевой раздел программы

1.1Пояснительная записка

Программа «Школа мяча» физкультурно-спортивной направленности, является адаптированной, ознакомительной. Она разработана для детей дошкольного возраста 5-7 лет (старшая и подготовительная группы). В соответствии с положениями Закона «Об образовании», Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, в Программе учтены санитарно-гигиенические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организаций.

1.2 Целью программы способствование совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной), улучшению 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

Реализации этой цели будет способствовать решение следующих задач:

Образовательные

- формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование, разучить индивидуальную тактику

- формировать умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом

- Обучать правилам и элементам спортивных игр: волейбол, баскетбол, футбол;

- Познакомить дошкольников с историей мяча и спортивных игр;

- Учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

Оздоровительные:

-сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие;

-способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей)

Воспитательные:

- Формировать интерес к физическим упражнениям с мячом и спортивным

играм;

- Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели;
- Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях;
- Воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Развивающие

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

1.3 Планируемые результаты реализации Программы

Планируемые результаты освоения программы включают в себя развитие не только представлений о спорте, но и применении приобретенных навыков и умений.

Дошкольник знает:

– историю зарождения волейбола, баскетбола, футбола; правила ведения счета в волейболе, футболе; доступные приемы спортивного самомассажа; спортивную терминологию; правила поведения и технику безопасности на спортивной площадке.

Дошкольник умеет:

- действовать по сигналу инструктора по физической культуре, быстро реагировать на сигнал;
- играть с мячом, не мешая другим;
- согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);
- Отбивать мяч, вести мяч, бросать мяч в кольцо, бросать мяч в ворота, вести и передавать мяч парами, соблюдать правила в командной игре.

2. Содержательный раздел программы

2.1 Интеграция образовательных областей в Программе

Программа составлена с учетом интеграции четырех образовательных областей: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, физическое развитие, речевое развитие.

2.2 Формы, методы и приемы обучения

Основные формы в процессе реализации Программы: беседы; игры; инструктажи; разучивание комплексов; специально организованная секция; игровые упражнения (групповые, подгрупповые, индивидуальные) по овладению техникой игры с мячом; спортивные праздники и развлечения.

Методы

- **наглядный метод**, обеспечивающий яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений, необходимых для возникновения у ребенка наиболее полного и конкретного представления о движении, активизирующий развитие его сенсорных способностей;
- **словесный метод**, обращенный к сознанию детей, помогающий осмысливанию поставленной перед ними задачи и в связи с этим сознательному выполнению двигательных упражнений;
- **практический метод**, связанный с практической двигательной деятельностью детей, обеспечивающий действенную проверку правильности восприятия движения на собственных мышечно-моторных ощущениях;
- **игровой метод**, дает возможность одновременного совершенствования разнообразных двигательных навыков, самостоятельности действий, быстрой ответной реакции на изменяющиеся условия, проявления творческой инициативы;
- **соревновательный метод**, используется преимущественно в старших группах детского сада в целях совершенствования уже приобретенных двигательных навыков (но не состязания и борьбы за первенство).

Наглядные методические приемы:

- **зрительная наглядность**, заключается в правильной, четкой, красивой демонстрации - показе педагогом образца движения или его отдельных двигательных элементов; в имитации, подражании образам окружающей жизни; в использовании зрительных ориентиров при преодолении пространства; использовании наглядных пособий слайд - программ, иллюстраций, фотографий, схем, картин и т. п.;
- **тактильно- мышечная наглядность**, используется путем включения физкультурных пособий в двигательную деятельность детей;
- **слуховая наглядность**, представляет собой звуковую регуляцию движений. Лучшей слуховой наглядностью является музыка (песня). Она вызывает у детей эмоциональный подъем, определяет характер движения и регулирует его темп и ритм.

3 Организационный раздел программы

3.1 Планирование работы по Программе

Программа рассчитана на 30 периодов и 30 часов образовательной деятельности.

Ожидаемое минимальное количество детей: 7 человек.

Ожидаемое максимальное количество детей: 12 человек.

Структура секционных занятий

Игровая форма проведения занятия является основой методики обучения спортивным играм и упражнениям. Занятие должно проходить как занимательная игра. Нельзя допускать монотонности, скуки, сами движения

и игры должны доставлять ребенку удовольствие, вызывать желание продолжить занятие.

I. Вводная часть. Цель- подготовка организма к сложным упражнениям.

Ходьба, корригирующая ходьба, бег, дыхательные упражнения. Старшая группа 3 мин, подготовительная группа – 4 мин.

II. Основная часть. Цель – формирование навыков действий с мячом и умений применять их в игровых условиях. Разминка под музыку (аэробные упражнения), обучение движениям с мячом, дыхательные упражнения, подвижная игра, эстафеты. Старшая группа 20 мин, подготовительная группа – 22 мин.

III. Заключительная часть. Цель– приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние, при сохранении бодрого настроения. Релаксацию, речевка, спокойная ходьба Старшая группа 3 мин, подготовительная группа – 4 мин.

3.2 Учебный план программы

ТЕМА	Количество Часов
Вводное. Знакомство , правила Техники Безопасности	2
Броски мяча	1
«Перебрасывание мяча»	1
«Ведение мяча»	1
«Ведение мяча по змейке»	2
«Отбивание мяча на месте»	2
«Забрасывание мяча в цель.»	2
«Упражнения с малыми мячами»	2
«Беседа о спортивной игре «волейбол»	1
«Забрасывание мяча в корзину »	1

«Тимбилдинг»	1
«Подарок папе»	1
«Подвижные игры»	1
«Подбрасывание мяча с хлопками в движении»	1
«Перебрасывания мяча через сетку»	1
«Ведение мяча в движении»	1
«Броски мяча в корзину 2-мя руками из-за головы »	1
«Подбрасывание и ловля мяча двумя руками на месте»	1
«Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении»	1
«Соревновательная подготовка, контрольные нормативы»	1
Проект « Волшебный мяч»	4
Итоговое мероприятие	1
Всего часов:	30

3.3 Календарно-учебный график

ТЕМА	Количество часов
Вводное. Знакомство , правила Техники Безопасности	октябрь
Броски мяча	октябрь
«Перебрасывание мяча»	ноябрь
«Ведение мяча»	ноябрь

«Ведение мяча по змейке»	ноябрь
«Отбивание мяча на месте»	декабрь
«Забрасывание мяча в цель.»	декабрь
«Упражнения с малыми мячами»	январь
«Беседа о спортивной игре «волейбол»	январь
«Забрасывание мяча в корзину »	февраль
«Тимбилдинг»	февраль
«Подарок папе»	февраль
«Подвижные игры»	март
«Подбрасывание мяча с хлопками в движении»	март
«Перебрасывания мяча через сетку»	март
«Ведение мяча в движении»	март
«Броски мяча в корзину 2-мя руками из-за головы »	апрель
«Подбрасывание и ловля мяча двумя руками на месте»	апрель
«Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении»	апрель
«Соревновательная подготовка, контрольные нормативы»	май
Проект « Волшебный мяч»	январь-май
Итоговое мероприятие	Май
Всего часов:	30

3.4 Организация работы с родителями в процессе реализации программы

Совместная работа с родителями и воспитанниками помогает решить важные проблемы и создавать условия для развития и формирования целостной личности, духовности, нравственности, творческой индивидуальности детей. Взаимодействие с родителями осуществляется через такие виды совместной деятельности, как: информационная – выпуск буклетов, дни открытых дверей, родительские собрания, вечера вопросов и ответов, и т.д.;

воспитательно -развивающая – вовлечение родителей в учебно-тренировочную социально-значимую деятельность;

спортивная – укрепление и сохранение здоровья ребенка;

досуговая – вовлечение родителей в соревнования;

просветительская – работа с родителями по вопросам здоровьесберегающих технологий, индивидуальные беседы и консультации

3.5 Материально-техническое обеспечение программы:

- оборудование физкультурного зала: мячи разного веса и диаметра (детские резиновые, волейбольные, мини- баскетбольные, футбольные), снимающиеся баскетбольные щиты с корзинами, волейбольная сетка, футбольные ворота, набивные мячи, фитболы , тренажёрного зала и спортивной площадки;

- технические средства обучения;

- учебно- наглядные и учебные пособия (экранно- звуковые средства, инструкции, наставления);

- речевые, невербальные, поведенческие средства самого педагога

3.6 Список литературы

1. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. – М.: Физкультура и спорт, 2002.

2. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. – М.: Физкультура и спорт, 2002.

3. Громова О.Е. Спортивные игры в детском саду – М.: Творческий центр, 2002.

4. Железняк Н.Ч. Занятия на тренажерах в детском саду. – М., 2009.

5. Желобкович Е.Ф. Футбол в детском саду. – М., 2009.

6. Кузин В. В., Полиевский С.А. Баскетбол. Начальный этап обучения. – М., 1999.

7. Матвеев Е.М. Волейбол. Школа движений // Физическая культура в школе. – 2001. – № 4. – С.33.

8. Николаева Н.П. «Школа мяча»: Учеб. – метод. пособие для инструкторов физического воспитания дошкольных образовательных учреждений. – М.: Физическая культура и спорт, 2008. – 211 с.

9. Овчинникова Т.С., Черная О.В., Баряева Л.Б. Занятия, упражнения и игры с мячами, на мячах, в мячах. – СПб.: КАРО, 2010.

10. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5–7 лет. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 112 с.

11. Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей/ М.А. Рунова. – М.: Мозаика – Синтез, 2000.

12. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2006. – 176 с.

13. Утробина К.К. Занимательная физкультура для дошкольников. – М.: ГНОМид, 2004.

14. Журнал Инструктор по физкультуре №3 /2013 – «Школа мяча»
Москва ТЦ
«Сфера» 2013г.

15. Журнал Инструктор по физкультуре №4/ 2013 - Москва ТЦ
«Сфера» 2013г.