

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 48 «РОСТОК»**

ПРИНЯТО

На заседании педагогического совета
«Росток»Протокол № 1 от 31.08.2023

УТВЕРЖДАЮ

заведующий МБДОУ № 48
Н.Н. Григурко

Подписано электронной подписью

Сертификат:

6CB66D84FF5ABBD6A7822A91700EB656

Владелец:

Григурко Наталья Николаевна

Действителен: 11.02.2022 с по 07.05.2023



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ВЕСЕЛЫЙ МЯЧ»**

Возраст обучающихся 5-7 лет

Срок реализации программы: 9 месяцев

Автор составитель программы:

Гарифзянова Зарина Мухтаровна,

педагог дополнительного образования

**Паспорт дополнительной общеразвивающей программы
физкультурно-спортивной направленности «Веселый мяч»**

| | |
|--|--|
| Полное наименование программы | Дополнительная общеразвивающая программа «Веселый мяч» |
| Направленность программы | Физкультурно-спортивная |
| Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу | Гарифзянова Зарина Мухтаровна |
| Год разработки | 2023г. |
| Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа | Принята на педагогическом совете №1 от 31.08.2023 Утверждена заведующим Н.Н.Григурко |
| Информация о наличии рецензии | Не имеется |
| Цель | Развитие двигательной активности детей дошкольного возраста, за счет разнообразных действий и игр с мячом, формирование стойкого интереса к занятиям спортом. |
| Задачи | <p><i>Обучающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – научить основам правил игровых видов спорта с мячом; – обучить владению мячом в ведении; – обучить базовым приёмам игр с мячом; – обучить подвижным играм с мячом. <p><i>Развивающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – развить психические процессы (память, тактическое мышление, воображение); – развить творческие способности детей, направленность на придумывание игр; – развить навыки самостоятельной деятельности в области физической культуры; – развить физические качества обучающихся. <p><i>Воспитательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выработать навыки работы в коллективе (команде); – развить толерантное отношение к сопернику (уважение, умение принимать победу/поражение). – развить интерес к занятиям спортом, здоровому образу жизни, систематическим занятиям, дисциплине. |
| Ожидаемый результат освоения программы | По окончании обучения дети будут: знать игровые виды спорта; прокатывать мяч руками между препятствий в выбранную цель; уметь делиться на 2 команды; <ul style="list-style-type: none"> – бросать баскетбольный мяч в кольцо; – выполнять пас футбольным мячом; – бросать волейбольный мяч в нужный сектор по словесному указанию; – бросать малый мяч в горизонтальную цель (обруч на расстоянии 4 метров). |
| Количество часов в | 2/72 |

| | |
|--|--|
| неделю/год | |
| Возраст обучающихся | 5-7 лет |
| Формы занятий | Групповые, очные |
| Методическое обеспечение | <ol style="list-style-type: none"> 1. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет. Программа «Играйте на здоровье» и технологии ее применения в ДОУ. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004. – 112 с. 2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. – М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2010. – 128с. 3. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика - Синтез, 2006. – 96 с. |
| Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.) | <ol style="list-style-type: none"> 1. Мячи разного веса и диаметра (резиновые, волейбольные, баскетбольные); 2. Баскетбольные кольца; 3. Волейбольная сетка; 4. Футбольные ворота. |

Содержание

| | |
|--|----|
| 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ | |
| 1.1. Пояснительная записка | 4 |
| 1.2. Актуальность, педагогическая целесообразность | 4 |
| 1.3. Цели и задачи Программы | 6 |
| 1.4. Сроки реализации дополнительной программы | 7 |
| 1.5. Принципы и подходы к реализации Программы | 7 |
| 1.6. Формы и режим занятий | 7 |
| 1.7. Ожидаемые результаты освоения Программы | 9 |
| 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ | |
| 2.1. Содержание изучаемого курса | 9 |
| 2.2. Учебный план | 10 |
| 2.3. Календарный учебный график | 11 |
| 2.4. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы | 12 |
| 2.5. Оценка качества освоения программы | 13 |
| 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ | |
| 3.1. Организационно - педагогические условия | 13 |
| 3.2. Материально – техническое оснащение Программы | 14 |
| 3.3. Учебно-методическое обеспечение | 14 |
| 4. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ | 15 |
| 4. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ | 17 |

1 Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст – это важный период формирования человеческой личности и прочных основ физического здоровья. Важное место в системе физического воспитания детей занимают упражнения 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, совершенствует пространственную ориентировку, формируют умения действовать с мячом, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилие с расстоянием, развивают выразительность движений. Занимаясь с мячами различного веса и объёма, 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 развитию зрительно моторной координации и выработке таких психологических качеств, как внимательность, инициативность, целеустремленность.

Программа «Веселый мяч» предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья.

В образовательной деятельности создаются условия для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития, дается возможность раскрыть индивидуальные особенности и творческий потенциал каждого ребенка.

1.2. Актуальность, педагогическая целесообразность

Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, большое значение имеет двигательная активность - естественная потребность в движении, которая оказывает благоприятное воздействие на формирование организма. При ее недостатке возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций ряда органов, регуляции обмена веществ, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

К сожалению, на современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей уже на этапе дошкольного образования. Связано это с тем, что дети проводят больше времени в различных гаджетах, а не в подвижных играх, которые так важны в процессе физического воспитания.

Ввиду вышесказанного очень важным аспектом в процессе физического развития выступают игры и двигательные действия с мячом.

Ребенок не просто играет с мячом, а выполняет целый ряд задач: берет, переносит, кладет, бросает, катает и т.п. Это увеличивает его интерес к выполнению заданий, а также развивает физически. Для того чтобы мотивировать детей заниматься физическими упражнениями, спортом, необходимо научить их играть в разнообразные игры с мячом. Подобные игры развивают глазомер, координационные способности, смекалку, тактическое мышление, способствуют общей двигательной активности, уменьшают скорость реакции. Игры с мячом играют важную роль и в развитии мелкой моторики, основы которой закладываются именно в период дошкольного образования. Движения пальцев и кистей рук имеют особое значение для развития функций мозга ребенка. Чем они разнообразнее, тем больше "двигательных сигналов" поступает в мозг. За счет этого интенсивнее происходит накопление информации, быстрее протекает процесс формирования двигательного навыка.

Эффективность предлагаемых игровых методик объясняется высоким уровнем мотивации занимающихся, которые в дальнейшем сами предлагают сыграть в любимые игры, начинают

играть между собой, делятся накопленным опытом с родителями, успешно применяют полученные знания и умения за пределами образовательного учреждения.

Программа «Веселый мяч» физкультурно-спортивной направленности предназначена для обучающихся в возрасте от 5 до 7 лет разработана в соответствии с:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. №273ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями и дополнения);

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р);

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 №329 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

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

Данная программа дополнительного образования относится к физкультурно-спортивной направленности, что предопределяет опору на игровые формы работы, ориентацию на разучивание базовых движений игровых видов спорта. При этом происходит и первичное знакомство с азами правил и тактического поведения футбола, пионербола, баскетбола и т.п.

Обучение строится на основе постепенного усложнения двигательных задач, что обеспечивает системность приобретаемых знаний и умений.

Занятия начинаются с разминки (2-3 минуты), которая обеспечивает готовность организма к дальнейшим упражнениям, поднимает эмоциональный фон и настраивает на работоспособность в течение занятия.

Зачисление на обучение по программе осуществляется по желанию ребенка по заявлению его родителей (законных представителей) без предъявления требований к начальному уровню знаний.

Занятия проводятся по подгруппам 2 раза в неделю по 30 минут.

Объем программы – 72 часа.

1.3. Цель программы

Цель: развитие двигательной активности детей дошкольного возраста, за счет разнообразных действий и игр с мячом, формирование стойкого интереса к занятиям спортом.

Задачи:

Обучающие:

- научить основам правил игровых видов спорта с мячом;
- обучить владению мячом в ведении;
- обучить базовым приёмам игр с мячом;
- обучить подвижным играм с мячом.

Развивающие:

- развить психические процессы (память, тактическое мышление, воображение);
- развить творческие способности детей, направленность на придумывание игр;
- развить навыки самостоятельной деятельности в области физической культуры;
- развить физические качества обучающихся.
- Воспитательные:
- выработать навыки работы в коллективе (команде);
- развить толерантное отношение к сопернику (уважение, умение принимать победу/поражение).
- развить интерес к занятиям спортом, здоровому образу жизни, систематическим занятиям, дисциплине.

–

1.4. Сроки реализации дополнительной программы

Таблица 1

| | |
|--|--------------|
| Общий срок реализации исходной программы | 9 месяцев |
| Возраст воспитанников | 5-7 лет |
| Наполняемость групп | до 9 человек |
| Количество часов в неделю/год | 2/72 |

1.5. Принципы и подходы к реализации Программы

Для достижения цели дополнительной образовательной программы необходимо опираться на следующие **основные принципы**:

- постепенность в физическом развитии детей;
- строгая последовательность в овладении техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

Развитие моральных и волевых качеств детской личности продолжает оставаться важной стороной педагогического руководства двигательной деятельностью в процессе физического воспитания. Через знакомство с правилами игры ребенок начинает приобретать опыт, который ему необходим для выработки саморегуляции. Следует подчеркнуть, что накопление у ребенка опыта идет через игру этот механизм самоорганизации и самообучения. Укрепляется, и сохраняется здоровье детей, вырабатываются у них устойчивые навыки в основных видах движений и в выполнении физических упражнений, с ранних лет заложено в сознании дошкольников любовь к физическому воспитанию. В процессе занятий, играя и наслаждаясь движениями, дошкольники приобретают привычку к здоровому образу жизни и овладевают основными когнитивными умениями:

- предсказывать последствия действия или события;
- проверять результаты собственных действий;
- управлять своей деятельностью.

Таким образом, учитывая особенности физического развития детей дошкольного возраста можно закономерно развивать двигательные умения и навыки, физические качества.

1.6. Формы и режим занятий

Основная форма организации образовательной деятельности – групповая. Количество детей в одной группе до 9 человек; Занятия проводятся 2 раза в неделю; продолжительность одного занятия составляет 30 минут.

Каждое занятие по темам программы, как правило, включает минимальную теоретическую часть и практическое выполнение заданий. Основная часть материала отводится практическим занятиям. Программа является вариативной: педагог может вносить изменения в содержание тем (выбрать ту или иную игру, упражнение, форму работы, дополнять практические занятия новыми приемами, и т.д.), менять порядок тем в зависимости от календарных праздников (темы, относящиеся к разделам «Праздники»)

Содержание обучения владению мячом отвечает следующим требованиям:

- оно должно вызвать интерес у детей и положительно воздействовать на их эмоции, развивать их воображение, любознательность и креативность;
- открыть воспитанникам доступ к новым движениям, играм.

Содержание занятий.

Тема 1. Вводное занятие. 2 ч.

Познакомить с историей возникновения мяча. Углубить представление детей о спортивных играх с мячом. Беседа «Спортивные игры с мячами».

Тема 2. Прокатывание мяча между предметами. 2 ч.

Учить детей прокатывать мяч между предметами «змейкой». Развивать ловкость, координацию движений. Игровое упражнение «Прокати не задень». Подвижная игра «Салют».

Тема 3. Катание мяча друг другу. 2 ч

Учить детей перекатывать мяч друг другу. Развивать координацию движений, ловкость, концентрацию внимания. Игровое упражнение «Прокати мяч». Подвижная игра «Лови, бросай».

Тема 4. Катание мяча в ворота. 2 ч.

Учить детей прокатывать мяч в ворота. Учить действовать сообща в паре, развивать ловкость, координацию. Игровое упражнение «Закати мяч в ворота». Подвижная игра «Конкурс с яблоками».

Тема 5. Скатывание мяча по наклонной доске . 2 ч.

Учить детей скатывать мяч по наклонной доске. Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу (команде), быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Игровое упражнение «Мяч с горки». Подвижная игра «Найди себе пару».

Тема 6. Прокатывание мяча по скамейке, придерживая его руками. 2 ч.

Учить детей прокатывать мяч по скамейке. Развивать внимание, ловкость, быстроту реакции на сигнал. Игровое упражнение «Прокати по мостику». Подвижная игра «Кого назвали тот и ловит».

Тема 7. Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками. 4 ч.

Учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками. Развивать внимание, умение сосредотачиваться на определенном предмете, быстроту мышления. Игровое упражнение «Подбрось, поймай, упасть не давай». Подвижная игра «Лови, не лови».

Тема 8. Подбрасывание мяча вверх, и ловля. 4 ч.

Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить после одного, двух хлопков. Учить действовать сообща в паре, развивать ловкость, координацию. Игровое упражнение «Мяч высоко». Подвижная игра «Конкурс с яблоком».

Тема 9. Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока о пол. 4 ч.

Продолжать учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол. Учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут, произнесены последние слова. Игровоеупражнение «Поиграй со мною мяч». Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч».

Тема 10. Бросание мяча об пол и ловля . 4 ч.

Учить бросать мяч об пол и ловить его двумя руками. Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу (команде, свистку), быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Игровое упражнение «Веселый мяч». Подвижная игра «Найди себе пару».

Тема 11. Бросание мяча через шнур двумя руками. 4 ч.

Упражнять в бросании мяча через шнур двумя руками. Развивать ловкость быстроту движений. Игровое упражнение «Перебрось через шнур». Подвижная игра «Передай мяч».

Тема 12. Перебрасывание мяча друг другу. 4ч.

Упражнять в бросании мяча в парах двумя руками. Развивать ловкость быстроту движений. Игровое упражнение «Бросай мне». Подвижная игра «Мяч соседу».

Тема 13. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно. 4ч.

Учить отбивать мяч правой и левой рукой поочередно. Совершенствовать бег с мячом, ловкость. Игровое упражнение «Отбей мяч». Подвижная игра «Стрелок».

Тема 14. Отбивать мяч одной рукой с продвижением вперед. 4 ч.

Учить отбивать мяч одной рукой с продвижением вперед. Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге, распознавании цветов. Игровое упражнение «Играй, играй мяч не теряй». Подвижная игра «Найди себе пару»

Тема 15. Вдаль. 4 ч.

Совершенствовать метание мяча вдаль. Учить метать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, развивать умение ориентироваться в пространстве. Игровое упражнение «Чей мяч дальше». Подвижная игра «Прокати и догони».

Тема 16. В вертикальную цель. 4 ч

Учить принимать правильное исходное положение при метании в вертикальную цель. Развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, координацию движений. Игровое упражнение «Попади в мишень». Подвижная игра «Веселые мячи».

Тема 17. В горизонтальную цель. 4 ч.

Учить принимать правильное исходное положение при метании в горизонтальную цель. Развивать мышцы пальцев и кисти. Игровое упражнение «Попади в круг». Подвижная игра «Шмель».

Тема 18. Удар по неподвижному мячу ногой. 4 ч.

Формировать навык удара по неподвижному мячу. Обучить исходному положению. Развивать точность, ловкость. Игровое упражнение «Попади». Подвижная игра «Ловишки с мячом».

Тема 19. Остановка движущегося мяча ногой. 4 ч.

Формировать навык остановки мяча ногой. Обучить положению приема мяча. Развивать точность, ловкость. Игровое упражнение «Поймай ногой». Подвижная игра «Ловишки с мячом».

Тема 20. Ведение мяча ногой. 4 ч.

Формировать элементарные для футбола действия с мячом. Развивать внимание, быстроту и ловкость. Игровое упражнение «Догони». Подвижная игра «Ловишки с мячом».

Тема 21. Удар по воротам. 4 ч.

Формировать элементарные для футбола действия с мячом. Игровое упражнение «Попади в ворота». Подвижная игра «Шмель».

1.7. Планируемые результаты освоения Программы

По окончании обучения дети будут:

- знать игровые виды спорта;
- прокатывать мяч руками между препятствий в выбранную цель;
- уметь делиться на 2 команды;
- бросать баскетбольный мяч в кольцо;
- выполнять пас футбольным мячом;
- бросать волейбольный мяч в нужный сектор по словесному указанию;
- бросать малый мяч в горизонтальную цель (обруч на расстоянии 4 метров).

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание изучаемого курса

На каждом занятии навыки владения мячом дети осваивают и закрепляют через игровую деятельность. Объяснения для детей сопровождаются показом и выполнением взрослым необходимых действий с мячом.

Известно, что в дошкольном возрасте в воспитании ребёнка доминирующую роль играют зрительные образы, поэтому любое словесное объяснение сопровождается наглядным показом взрослого и многократным повторением упражнений.

Обучение по программе «Веселый мяч» состоит из трёх этапов: начального, углубленного разучивания и совершенствования двигательных умений и навыков.

Этап начального обучения На этом этапе дети учатся простейшим действиям с мячом для развития координации движений, развивают умение следить за траекторией полёта мяча, вырабатывают быструю ответную реакцию на летящий мяч.

Этап углубленного разучивания На этом этапе дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом; их действия принимают направленный и осознанный характер. Этап углубленного разучивания упражнений характеризуется уточнением и совершенствованием техники выполнения.

Этап закрепления и совершенствования двигательных знаний и навыков Это этап закрепления полученных знаний, умений и навыков владения мячом в спортивных играх и эстафетах. Этап совершенствования упражнений можно считать завершённым, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

Информационная справка об особенностях реализации УТП

| | |
|---|-----------|
| Общий срок реализации программы | 9 месяцев |
| Возраст воспитанников | 5-7 лет |
| Количество воспитанников в группе | 5-9 |
| Количество часов в неделю | 2 |
| Академический час 2 раза в неделю (продолжительность 1-го занятия - 30 минут (1 академический час). | 2 |
| Общее количество часов | 72 |

2.2. Учебный план

| № | Название темы | Количество часов | | | Форма контроля |
|--------------------------|---|------------------|---------------|--------------|-----------------------|
| | | Всего | Теоретических | Практических | |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности, правила поведения на занятиях. | 2 | 1 | 1 | Вводное тестирование |
| Прокатывание мяча | | | | | |
| 2 | Прокатывание мяча между предметами | 2 | 0 | 2 | Текущий контроль |
| 3 | Катание мяча друг другу | 2 | 0 | 2 | Тематический контроль |
| 4 | Катание мяча в ворота | 2 | 0 | 2 | Текущий контроль |
| 5 | Скатывание мяча по наклонной доске | 2 | 0 | 2 | Тематический контроль |
| 6 | Прокатывание мяча по скамейке, придерживая его руками | 2 | 0 | 2 | Текущий контроль |
| Бросание мяча | | | | | |
| 7 | Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |
| 8 | Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками | 4 | 0 | 4 | Тематический контроль |
| 9 | Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока о пол | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |
| 10 | Бросание мяча об пол и ловля | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |
| 11 | Бросание мяча через шнур двумя руками | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |
| Ловля мяча | | | | | |
| 12 | Перебрасывание мяча друг другу | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |
| Отбивание мяча | | | | | |
| 13 | Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |
| 14 | Отбивать мяч одной рукой с продвижением вперёд | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |
| Метание мяча | | | | | |
| 15 | Вдаль | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |

| | | | | | |
|---------------------|----------------------------------|-----------|----------|-----------|------------------|
| 16 | В вертикальную цель | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |
| 17 | В горизонтальную цель | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |
| Ведение мяча | | | | | |
| 18 | Удар по неподвижному мячу ногой | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |
| 19 | Остановка движущегося мяча ногой | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |
| 20 | Ведение мяча ногой | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |
| 21 | Удар по воротам | 4 | 0 | 4 | Текущий контроль |
| Итого: | | 72 | 1 | 71 | |

2.3. Календарный учебный график

| № п/п | Наименование раздела программы | Тема занятия | Кол-во занятий | Дата проведения | Время проведения | Место проведения | Форма контроля |
|-------|--------------------------------|---|----------------|----------------------------------|----------------------------------|--------------------------|-----------------------|
| 1 | Вводное занятие | «Давайте познакомимся» | 1 | 01.09 | 15.40 | Кабинет доп. образования | Входной контроль |
| 2 | Вводное занятие | «Давайте поздороваемся» | 1 | 06.09 | 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |
| 3 | Прокатывание мяча | Прокатывание мяча между предметами | 2 | 08.09 13.09 | 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Тематический контроль |
| 4 | | Катание мяча друг другу | 2 | 15.09 20.09 | 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |
| 5 | | Катание мяча в ворота | 2 | 22.09 27.09 | 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Тематический контроль |
| 6 | | Скатывание мяча по наклонной доске | 2 | 29.09 04.10 | 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |
| 7 | | Прокатывание мяча по скамейке, придерживая его руками | 2 | 06.10 11.10 | 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |
| 8 | Бросание мяча | Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками | 4 | 13.10 18.10 20.10 25.10 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Тематический контроль |
| 9 | | Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя | 4 | 27.10 01.11 03.11 08.11 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |

| | | | | | | | |
|----|-----------------------|--|---|----------------------------------|----------------------------------|--------------------------|-----------------------|
| | | руками | | | | | |
| 10 | | Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока о пол | 4 | 10.11 15.11 17.11 22.11 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |
| 11 | | Бросание мяча об пол иловля | 4 | 24.11 29.11 01.12 06.12 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |
| 12 | | Бросание мяча через шнур двумя руками | 4 | 08.12 13.12 15.12 20.12 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |
| 13 | Ловля мяча | Перебрасывание мяча друг другу | 4 | 22.12 27.12 29.12 03.01 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |
| 14 | Отбивание мяча | Отбивание мяча об полправой и левой рукой поочередно | 4 | 10.01 12.01 17.01 19.01 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |
| 15 | | Отбивать мяч одной рукойс продвижением вперед | 4 | 24.01 26.01 31.01 02.02 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |
| 16 | Метание мяча | Вдаль | 4 | 07.02 09.02 14.02 16.02 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Тематический контроль |
| 17 | | В вертикальную цель | 4 | 21.02 25.02 02.03 07.03 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |
| 18 | | В горизонтальную цель | 4 | 14.03 16.03 21.03 23.03 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |
| 19 | Ведение мяча | Удар по неподвижному мячу ногой | 4 | 28.03 30.03 04.04 06.04 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Тематический контроль |
| 20 | | Остановка движущегося мяча ногой | 4 | 11.04 13.04 18.04 20.04 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Тематический контроль |
| 21 | | Ведение мяча ногой | 4 | 25.04 27.04 02.05 04.05 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |
| 22 | | Удар по воротам | 4 | 06.05 11.05 16.05 18.05 | 15.40 15.40 15.40 15.40 | Кабинет доп. образования | Текущий контроль |

2.4. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы

Формы работы:

- итоговые занятия
- игры, эстафеты
- публикации на канале детского сада и школы роликов о работе кружка для родителей

— подготовка презентаций и видеороликов об участиях детей ДООУ в спортивных мероприятиях для педагогических собраний

Методы работы:

1. Повторный метод - заключается в многократном выполнении упражнений при сохранении содержания, величины, характера нагрузки (например, выполнение бросков мяча с одного и того же места определенным способом).

2. Интервальный метод - предполагает многократное повторение упражнения при строгой регламентации его продолжительности и пауз отдыха между повторениями.

3. Вариативный метод - предполагает выполнение одного и того же упражнения с мячами разного веса и в разных условиях (облегченных, нормальных и усложненных).

4. Метод сопряженных взаимодействий основан на взаимосвязи развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков.

Для этого используются специальные упражнения (в частности, с набивными мячами), направленные на развитие необходимых двигательных качеств при условии их динамического соответствия биомеханическим особенностям разучиваемых на занятии двигательных действий (элементов и частей техники конкретного двигательного действия).

5. Игровой метод - характеризуется постоянным или внезапным изменением игровых ситуаций при наличии определенного сюжета и конечной цели. Он может использоваться для избирательного воздействия на отдельные физические способности занимающихся и комплексного совершенствования их двигательной активности.

6. Соревновательный метод - это специально организованные состязания с использованием мячей (малых, больших, набивных), в которых создаются условия для индивидуальной и командной борьбы. Этот метод может применяться при воспитании физических качеств, совершенствовании технических приемов, для стимулирования интереса и активизации занимающихся. При использовании этого метода у занимающихся происходят самые высокие сдвиги в деятельности систем и функций организма.

2.5. Оценка качества освоения программы

По окончании обучения обучающиеся должны знать и уметь:

- общеразвивающие упражнения
- уметь ориентироваться в пространстве
- выполнять движения на развитие координации,
- уметь взаимодействовать с партнёрами, комбинации в парах,
- начинать и развивать атаку из стандартных положений,
- уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам,
- совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий.

В целом, обучение по данной программе призвано создать благоприятную ситуацию для приобщения ребенка к современному миру, лучшей адаптации в нем.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организационно - педагогические условия

Программа «Веселый мяч» физкультурно-спортивной направленности предназначена для обучающихся в возрасте от 5 до 7 лет разработана в соответствии с:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. №273ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями и дополнения);

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р);

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 №329 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

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

Данная программа дополнительного образования относится к физкультурно-спортивной направленности, что предопределяет опору на игровые формы работы, ориентацию на разучивание базовых движений игровых видов спорта. При этом происходит и первичное знакомство с азами правил и тактического поведения футбола, пионербола, баскетбола и т.п.

Обучение строится на основе постепенного усложнения двигательных задач, что обеспечивает системность приобретаемых знаний и умений.

Занятия начинаются с разминки (2-3 минуты), которая обеспечивает готовность организма к дальнейшим упражнениям, поднимает эмоциональный фон и настраивает на работоспособность в течение занятия.

Необходимым условием качественной реализации Программы является ее непрерывное сопровождение педагогическими и учебно-вспомогательными работниками в течение всего времени ее реализации в МБДОУ № 48 «Росток».

3.2. Материально – техническое оснащение Программы

В МБДОУ №48 «Росток» созданы условия для реализации Программы, имеется спортивный зал и спортивная площадка на территории образовательного учреждения для дополнительного образования детей дошкольного возраста в соответствии с Санитарно эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций, Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20»

Важным условием реализации программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- наличие специального зала;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- мячи разного веса и диаметра (резиновые, волейбольные, баскетбольные);
- баскетбольные кольца;
- волейбольная сетка;
- футбольные ворота.

3.3. Учебно-методическое обеспечение

1. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет. Программа «Играйте на здоровье» и технологии ее применения в ДОУ. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004. – 112 с.

2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. – М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2010. – 128с.

3. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика - Синтез, 2006. – 96 с.

4. Адашкявичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М.: Просвещение, 1997
Алексеева Л.М. "Спортивные праздники и физкультурные досуги в ДОУ" М.: 2005

5. Авдеева П.И. Физическая культура детей дошкольного возраста. Физическая культура. – 2005

6. Будинская В.Г., Васюкова В.И., Лескова Г.П. " Общеразвивающие упражнения в детском саду" М.: 1997

7. Бальсевич В.К. Теоретико-методологическое обоснование концепции формирования физической культуры человека в дошкольном возрасте // Здоровый образ жизни: сущность, структура, формирование на пороге XXI века. Томск, 1997.

4. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ

4.1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст – это важный период формирования человеческой личности и прочных основ физического здоровья. Важное место в системе физического воспитания детей занимают упражнения с мячом.

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 развитию зрительно моторной координации и выработке таких психологических качеств, как внимательность, инициативность, целеустремленность.

Программа «Веселый мяч» предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья, предназначена для обучающихся в возрасте от 5 до 7 лет разработана в соответствии с:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. №273ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями и дополнениями);
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р);
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 №329 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления молодежи»

Данная программа дополнительного образования относится к физкультурно-спортивной направленности, что предопределяет опору на игровые формы работы, ориентацию на разучивание базовых движений игровых видов спорта. При этом происходит и первичное знакомство с азами правил и тактического поведения футбола, пионербола, баскетбола и т.п.

4.2. Актуальность, педагогическая целесообразность.

Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, большое значение имеет двигательная активность - естественная потребность в движении, которая оказывает благоприятное воздействие на формирование организма. При ее недостатке возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций ряда органов, регуляции обмена веществ, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

Эффективность предлагаемых игровых методик объясняется высоким уровнем мотивации занимающихся, которые в дальнейшем сами предлагают сыграть в любимые игры, начинают играть между собой, делятся накопленным опытом с родителями, успешно применяют полученные знания и умения за пределами образовательного учреждения.

Обучение строится на основе постепенного усложнения двигательных задач, что обеспечивает системность приобретаемых знаний и умений.

Занятия начинаются с разминки (2-3 минуты), которая обеспечивает готовность организма к дальнейшим упражнениям, поднимает эмоциональный фон и настраивает на работоспособность в течение занятия.

Зачисление на обучение по программе осуществляется по желанию ребенка по заявлению его родителей (законных представителей) без предъявления требований к начальному уровню знаний.

Занятия проводятся по подгруппам 2 раза в неделю по 30 минут.

Объем программы – 72 часа.

4.3. Цели и задачи Программы

Цель: развитие двигательной активности детей дошкольного возраста, за счет разнообразных действий и игр с мячом, формирование стойкого интереса к занятиям спортом.

Задачи:

Обучающие:

- научить основам правил игровых видов спорта с мячом;
- обучить владению мячом в ведении;
- обучить базовым приёмам игр с мячом;
- обучить подвижным играм с мячом.

Развивающие:

- развить психические процессы (память, тактическое мышление, воображение);
- развить творческие способности детей, направленность на придумывание игр;
- развить навыки самостоятельной деятельности в области физической культуры;
- развить физические качества обучающихся.

Воспитательные:

- выработать навыки работы в коллективе (команде);
- развить толерантное отношение к сопернику (уважение, умение принимать победу/поражение).
- развить интерес к занятиям спортом, здоровому образу жизни, систематическим занятиям, дисциплине.

4.4. Ожидаемые результаты освоения Программы:

По окончании обучения дети будут:

- знать игровые виды спорта;
- прокатывать мяч руками между препятствий в выбранную цель;
- уметь делиться на 2 команды;
- бросать баскетбольный мяч в кольцо;
- выполнять пас футбольным мячом;
- бросать волейбольный мяч в нужный сектор по словесному указанию;
- бросать малый мяч в горизонтальную цель (обруч на расстоянии 4 метров).

Список литературы

1. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет. Программа «Играйте на здоровье» и технологии ее применения в ДОУ. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004. – 112 с.
2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. – М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2010. – 128с.
3. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика - Синтез, 2006. – 96 с.
4. Адашкявичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М.: Просвещение, 1997 Алексеева Л.М. "Спортивные праздники и физкультурные досуги в ДОУ" М.: 2005
5. Авдеева П.И. Физическая культура детей дошкольного возраста. Физическая культура. – 2005
6. Будинская В.Г., Васюкова В.И., Лескова Г.П. " Общеразвивающие упражнения в детском саду" М.: 1997
7. Бальсевич В.К. Теоретико-методологическое обоснование концепции формирования физической культуры человека в дошкольном возрасте // Здоровый образ жизни: сущность, структура, формирование на пороге XXI века. Томск, 1997