

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 2 «Колокольчик» Туринского городского округа

ПРИНЯТА:
на заседании педагогического совета
протокол № 1
от «31» августа 20 16 г.

УТВЕРЖДЕНА:

заведующей
Детским садом № 2
«Колокольчик»
Л. В. Марушенко
приказ №

от «31» августа 20 16 г.

ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ВЕСЁЛЫЙ МЯЧ»

Срок реализации 2016– 2017 учебный год

Разработана в соответствии с ФГОС ДО

Разработчик: Корецкая Л.И., инструктор
по физической культуре, 1 кв. категория

г. Туринск

Содержание

1. Целевой раздел	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Планируемые результаты освоения программы	5
2. Содержательный раздел	7
2.1. Содержание образовательной деятельности	7
2.2. Особенности организации педагогической диагностики	8
2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы	9
2.4. Взаимодействие инструктора по физической культуре с семьями.....	9
3. Организационный раздел	11
3.1. Организация жизнедеятельности детей по дополнительным услугам..	11
3.2. Развивающая предметно - пространственная среда	11
Список литературы	13

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности «Весёлый мяч» разработана в соответствии с требованиями основных нормативных документов:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 27 июля 2010 года № 210-ФЗ «Об организации предоставления государственных и муниципальных услуг»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержденный приказом от 17.10.2013г. N 1155 Министерства образования и науки Российской Федерации);
- Приказом Министерства образования и науки РФ № 1014 от 30 августа 2013 года об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования;
- СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций";
- Уставом Детского сада №2 «Колокольчик»;
- Решением Думы Туринского городского округа от 29 сентября 2016 года № 455 «Об утверждении Перечня платных услуг (работ), предоставляемых Муниципальными автономными и бюджетными образовательными учреждениями Туринского городского округа»;
- Постановлением главы Туринского городского округа от 27 октября 2016 года №395 «Об утверждении стоимости платных услуг (работ), предоставляемых муниципальными автономными и бюджетными образовательными учреждениями Туринского городского округа»;
- Программой «Здоровый малыш» Береснева З.И.

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 услуги 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.

Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры. Поэтому упражнения с мячом и стали основой для составления данной программы. Программа обеспечивает достижения воспитанниками готовности к школе, а именно необходимый и достаточный уровень развития ребёнка для успешного освоения им в дальнейшем основной общеобразовательной программой начального общего образования по предмету «Физическая культура».

Цель программы:

Овладение детьми действиями с мячом на более высоком уровне, умением играть в спортивные игры с мячом.

Задачи:

Образовательные:

- познакомить детей с историей, правилами и элементами спортивных игр: баскетбол, пионербол, волейбол, футбол;
- учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

Развивающие:

- развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;
- формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, забрасывание в корзину, подача мяча, блокирование, ведение мяча ногами, удар по воротам и умение применять их в игровой ситуации;
- развивать способность действовать мячом на достаточно высоком уровне.

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 общую культуру личности детей, в том числе ценности здорового образа жизни;
- воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели;
- воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

Принципы и подходы:

- поддержка разнообразия детства;
- сохранение уникальности и самоценности детства;
- реализация программы в формах, специфических для детей дошкольного возраста, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности;
- принцип индивидуально-дифференцированного подхода, индивидуализации дошкольного образования;
- принцип гармоничности образования;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации с семьёй;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

Возрастная характеристика, контингента детей 6-7 лет.

К 6- 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений).

Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

1.2. Планируемые результаты освоения программы.

Ребёнок выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание).

Ребёнок умеет перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно, через сетку. Ребёнок может бросать мяч вверх, о пол, ловить его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, с поворотами. Ребёнок легко отбивает мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении, перебрасывает набивные мячи.

Ребёнок владеет метанием на дальность (6-12 м) левой и правой рукой; метанием в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя);

метанием в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м);
метанием в движущуюся цель.

Ребёнок освоил элементы спортивных игр:

Баскетбол:

- умеет передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча);
- умеет перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении;
- умеет ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон;
- умеет забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча;
- умеет вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь по сигналу.

Волейбол:

- умеет выполнять отбивание мяча после подачи соперника через сетку;
- умеет производить подачу надувного мяча одной рукой снизу, сверху;
- выполняет простейшие правила игры.

Футбол

- умеет передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте;
- умеет вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Пионербол:

- умеет производить подачу из-за лицевой линии;
- умеет выполнять бросок через сетку из разных частей площадки;
- способен выполнять игровые действия в команде;
- правильно реагирует на свисток и жесты судьи.

2. Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной деятельности по дополнительным услугам.

Основные цели и задачи:

1. Формирование умения действовать с мячом;
2. Развивать основные двигательные качества: силу, быстроту, выносливость, гибкость, ловкость. Точность движений, координацию, глазомер.
3. Закреплять умение взаимодействовать в команде; играть с мячом, не мешая другим детям, уступать друг другу мяч; приучать слушать сигнал.
4. Развивать интерес к участию в спортивных играх и физических упражнениях,
5. Воспитывать самостоятельность и активность в двигательной деятельности; интерес к большому спорту.

Организация образовательной деятельности:

На занятиях и вне занятий:

- проведение бесед об истории и правилах спортивных игр с мячом;
- демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах игры и т.д.;
- освоение детьми техникой игры в пионербол, баскетбол, футбол, волейбол, состоящую из двух видов действий: движения, которые выполняются без мяча или с мячом в руках, без передачи его партнёру (стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения);
- перемещение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами;
- применение мелких предметов для развития мелких мышц рук;
- использование различных видов мячей для ОРУ;
- использование дыхательных упражнений;
- проведение ритмической гимнастики;
- использование упражнений на расслабление.

Тематический план

Месяц	Мероприятия	Цель
Сентябрь	Диагностика. Инструктаж по технике безопасного поведения в физкультурном зале Знакомство с мячом.	Подготовка детей к обучающему процессу.
Октябрь	Упражнения на овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек в волейболе. Игра в пионербол по упрощенным правилам	Обучение умению управлять мячом, чувствовать его.
Ноябрь	Упражнения на освоение техники приема и передачи мяча в волейболе. Игра в пионербол по упрощенным правилам	Контролировать мяч в движении.

Декабрь	Баскетбол: правила игры, техника передвижения с мячом, повороты и остановки. Игра по упрощенным правилам мини баскетбола.	Приобретение опыта точности передачи мяча партнеру, закрепление правил игры в баскетбол.
Январь	Мини-футбол: правила игры, совершенствование ударов по мячу, остановки мяча, ловли и отбивания вратарем. Двусторонняя игра	Совершенствование умения точно передавать мяч при игре в парах.
Февраль	Баскетбол: упражнения на освоение ловли и передачи мяча. Комбинации из освоенных элементов. Игра в мини - баскетбол по упрощенным правилам.	Подготовить детей к игре в баскетбол с двумя мячами.
Март	Баскетбол: упражнения на овладение техникой бросков мяча. Комбинации из основных элементов. Игра в мини - баскетбол по упрощенным правилам.	Развивать ловкость, умения принимать решения в процессе игры баскетбол.
Апрель	Пионербол: упражнения на закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей. Игра в пионербол по упрощенным правилам.	Совершенствование техники игры.
Май	Футбол: правила игры, упражнения на овладение техникой передвижения, остановок, поворотов, ударов по мячу остановок мяча, на освоение техникой ведения мяча.	Совместная разработка тактики игры.

2.2. Организация педагогической диагностики.

Формы подведения итогов реализации программы: тестовые

задания на выявление уровня владения мячом:

итоговые занятия, спортивные развлечения.

Методика диагностики:

Виды движений		Средний уровень
Элементы игры в баскетбол	Броски мяча в корзину 2-мя руками из-за головы	Из 5 бросков 4 попадания
Элементы игры в волейбол	Перебрасывания мяча через сетку	Не задерживает мяч, перебрасывает через сетку
	Перебрасывание мяча друг другу	Расстояние 2 метра. Технически правильно выполняет действия, проявляет усилия. 1-2 раза потерял мяч.
Элементы игры в футбол	Передача мяча друг другу	Расстояние 2 метра. Технически правильно выполняет действия, проявляет усилия. 1-2 раза потерял мяч.
	Удар по мячу на точность в цель (ворота) с расстояния 1,5-2,0м.	3 раза из 10
Элементы игры в пионербол	Отбивания мяча на месте	Не менее 10 раз одной рукой. 1-2 раза потерял мяч.
	Подбрасывания мяча с хлопками в движении	Ловит и бросает мяч, удерживает кистями рук, не менее 15 раз. 1-2 раза потерял мяч.

	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками на месте	15 раз. 1 раз потерял мяч
	Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении	Умеет ловко принимать

2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы

В развитии детской инициативы и самостоятельности инструктору по физической культуре важно соблюдать ряд общих требований:

- развивать активный интерес детей к выполнению физических упражнений, стремление к получению новых знаний и умений;
- создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
- постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно. Постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
- тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
- ориентировать дошкольников на получение хорошего результата. Необходимо своевременно обратить особое внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;
- «дозировать» помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;
- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

2.4. Взаимодействие инструктора по физической культуре с семьями воспитанников.

Задачи:

- Дать знания родителям о том, что должны уметь дети в работе с мячом по программе.
- Помочь родителям создать условия для развития организованности, ответственности дошкольника, умений взаимодействия со взрослыми и детьми, способствовать развитию начал социальной активности в совместной с родителями деятельности.
- Способствовать развитию партнерской позиции родителей в общении с ребенком, развитие положительной самооценки, уверенности в себе, познакомить родителей с способами развития самоконтроля и воспитания ответственности за свои действия и поступки.

Формы работы:

Совместная деятельность детей и родителей.

Организация фотовыставки «Школа мяча».

Работа в детско-родительском клубе «Здоровый малыш»

Наглядная информация для родителей:

- Папка «Мой весёлый звонкий мяч...» (содержит историю мяча, данные о современных мячах, рекомендации родителям по выбору мячей для детей, значение мяча для ребёнка, картотеку русских народных игр с мячом, упражнения с мячом и т. д.)

- Папка «Играем дома» (содержит творческие подвижные игры для дома, улицы, с мячом и т. д.)

- Папка «Физкультура – это здорово!» (содержит подвижные игры для всей семьи, подвижные игры разных народов, игры для всей семьи и т. д.)

- Пополнение картотеки « Игры на улице»

Интеграция образовательных областей

Социально-коммуникативное развитие.

Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в спортивных играх. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие.

Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие.

Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие.

Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

Физическое развитие.

Развивать физические способности детей: быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы. Сформировать понятие о физической красоте тела: прямая спина, подтянутый живот и т.п. Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

3. Организационный раздел

3.1. Организация жизнедеятельности детей по дополнительным услугам

Возраст детей: 6-7 лет

Сроки реализации программы: 1 год

Формы работы с детьми и режим занятий: занятия в зале и на спортивной площадке.

Длительность занятий - 30 минут (вводная часть - 4 мин., основная часть - 22 мин., заключительная часть - 4 мин.);

Объем недельной нагрузки - 1 занятие (30 минут);

В месяц – 4 занятия (2 часа);

Количество занятий в учебном году – 27 (810 минут).

Сентябрь и май - диагностика.

3.2 Развивающая предметно - пространственная среда

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря соответствуют возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий.

Мячи: баскетбольные -	8 шт.
волейбольные –	6 шт.
футбольные -	6 шт.
фитболы -	2 шт.
набивные –	15 шт.
резиновые большого размера –	12 шт.
резиновые среднего размера –	25 шт.
резиновые малого размера –	25 шт.

Технические средства обучения

Для осуществления деятельности по дополнительным услугам необходим музыкальный центр и музыкальное сопровождение. Детские песни и мелодии обновляется для стимулирования физической, творческой, интеллектуальной активности детей.

Музыкальный центр - 1 шт. (в физкультурном зале)

Аудиозаписи (имеются и обновляются).

Методическое обеспечение

Голицына Н.С., Бухарова Е.Е. Физкультурный калейдоскоп для дошкольников. М., 2006.

Горбатенко О.Ф., Кардаильская Т.А., Попова Г.П. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Волгоград, Издательство Учитель, 2008.

Громова О.Е. Спортивные игры для детей. М., ТЦ Сфера, 2006.

Давыдова М.А. Спортивные мероприятия для дошкольников. М., «Вакс» 2007.

Перечень цифровых образовательных ресурсов

Министерство образования и науки Российской Федерации - [http://
www. bus. gov.ru](http://www.bus.gov.ru)

Список литература:

1. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников: Из опыта работы.- М.: Просвещение, 1983
2. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» - издательство НЦ ЭНАС, 2004.
3. Николаева Н.И. «Школа мяча» - издательство «Детство-пресс», 2008.
4. Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет» - «Детство-пресс», 2009.
5. Филипова С.О., под ред. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения» - «Детство-пресс», 2005.