

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ
МБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 2 «СОЛНЫШКО»

СОГЛАСОВАНО
педагогическим советом
Протокол № 1
от «25» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ
детский сад № 2 «Солнышко»
_____ Е А Портнова
Приказ № 84 от «25» августа 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

«ШКОЛА МЯЧА»

Направленность: физкультурно-спортивная
Общий объем программы в часах: 38
Возраст обучающихся: 5-6 лет
Срок реализации программы: 1 год
Автор: Веселова Е.И., педагог дополнительного образования

г. Красный Холм

2023 г.

Информационная карта программы

| | |
|---|--|
| Наименование программы | Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Школа мяча» |
| Направленность | физкультурно-спортивная |
| Разработчик программы | Веселова Е.И., педагог дополнительного образования |
| Общий объем часов по программе | 38 |
| Форма реализации | очная |
| Целевая категория обучающихся | Обучающиеся в возрасте 5-6 лет |
| Аннотация программы | <p>Данная программа направлена на формирование у детей здорового образа жизни, умения владеть мячом на уровне, соответствующем возрастным возможностям обучающихся.</p> <p>Направления работы по программе сформулированы, исходя из идей личностно-ориентированного подхода, с определением субъектов образовательного процесса (ребенок, педагог, семья) как самостоятельной ценности.</p> <p>Методика программы строится с учетом тематической программы «Школа мяча» Н.И.Николаевой, позволяющей развивать координацию движений, глазомер и моторику детей дошкольного возраста.</p> |
| Планируемый результат реализации программы | <p>По итогам обучающиеся получают:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Знания по правилам ведения мяча. - Навыки: <p>Броски мяча вверх, об пол и ловля его двумя руками (не менее 15 раз).</p> <p>Броски мяча вверх, об пол и ловля его одной рукой (не менее 10 раз).</p> <p>Отбивание мяча об пол двумя руками, продвигаясь бегом на расстоянии 6-8 метров.</p> <p>Отбивание мяча об пол одной рукой, продвигаясь вперед в прямом направлении.</p> <p>Отбивание мяча об пол, двигаясь змейкой.</p> <p>Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо с места и с трех шагов.</p> <p>Отбивание мяча через сетку несколькими игроками с передачей друг другу.</p> <p>Перебрасывание мячей друг другу снизу расстояние 1.5-2 м. 6-8 раз подряд.</p> <p>Перебрасывание мячей друг другу из- за головы расстояние 1.5-2 м. 6 раз подряд.</p> <p>Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте.</p> <p>Вести мяч змейкой между расставленными предметами.</p> <p>Попадать в предметы.</p> <p>Забивать мяч в ворота.</p> <p>Уметь применять основные приемы владения мячом.</p> |

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Школа мяча» составлена в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», - «Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года», утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей», письма Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» вместе с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы),
- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи",
- Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых",
- Устава МБДОУ детский сад № 2 «Солнышко».

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Данная программа направлена на обучение детей 5-6 лет с целью пробудить у обучающихся интерес здоровому образу жизни. Программа направлена на формирование умений владеть мячом. Обучение по данной программе создает благоприятные условия для воспитания интереса к занятиям физическими упражнениями.

Новизна программы, в отличие от существующих программ, обеспечивается тем, что дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа мяча», реализуемая на базе МБДОУ детский сад № 2 «Солнышко», предоставляет возможность организовать образовательный процесс на основе установленных требований, сохраняя основные подходы и технологии в организации образовательного процесса. В тоже время, педагог может наполнять программу содержанием в зависимости от имеющихся в Тверском регионе возможностей и тенденций развития.

Актуальность программы

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 мячами 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. Упражнения игры с мячом являются средствами, гармонически развивающими ребенка, дающими значительный образовательный, оздоровительный и воспитательный эффект. Поэтому освоения детьми владения мячом должны занимать одно из ведущих мест в физкультурно – оздоровительной работе с дошкольниками.

Цель программы: научить детей владеть мячом на уровне, соответствующем возрастным возможностям детей.

Задачи:

Обучающие:

- научить всех детей владеть мячом на достаточном высоком уровне;
- совершенствовать навыки ведения мяча правой и левой руками;

- упражнять в передаче мяча друг другу;
- выработать навыки перебрасывания мяча через сетку;
- упражнять в выполнении специальных упражнений с мячом;
- формировать правильную осанку.

Развивающие:

- развивать умение координированно выполнять различные упражнения с мячом;
- развивать личностные компетенции, такие как самореализация и уважение к правам и интересам членов общества; высокую инициативу и ответственность, гражданские и нравственные качества; развитие личности дошкольника на основе приобщения к здоровому образу жизни;
- расширять круг интересов, развивать самостоятельность, аккуратность, ответственность, активность, критическое и творческое мышление при работе индивидуально и в команде, при выполнении индивидуальных и групповых заданий по ведению мяча.

Воспитательные:

- воспитывать дисциплинированность, ответственность, самоорганизацию, трудолюбие;
- обеспечивать формирование чувства коллективизма и взаимопомощи. создать условий для полноценного духовно-нравственного воспитания и снижения уровня асоциальных проявлений среди детей;
- воспитывать интерес к занятиям физическими упражнениями.

Отличительные особенности

Разработана на основе тематической программы «Школа мяча» Н.И.Николаевой, позволяющей развивать координацию движений, глазомер и моторику детей дошкольного возраста.

Содержание программы ориентировано на детей, не имеющих отклонения в здоровье, не имеющих противопоказаний к занятиям физкультурой, с учётом рекомендаций медиков и желания родителей.

Полезно использование специальных индивидуальных заданий и упражнений. Допускается ограничение поставленных задач для детей, испытывающих затруднения. Дифференцированный подход поддерживает мотивацию к занятиям и способствует удержанию желания детей.

Возраст детей: от 5 до 6 лет.

Срок реализации – 1 год.

Формы и режим занятий

Форма обучения: очная.

Организационная форма обучения: групповая.

Форма проведения – специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

Количество занятий – 1 занятие в неделю, 38 занятий в год.

Продолжительность занятия 25 минут, во второй половине дня.

Место проведения: спортивный зал, корт.

Время проведения: среда, 16.30-16.55

Количество детей в кружке: 15 человек.

Ожидаемые результаты освоения программы:

К концу обучения дети должны знать и уметь:

Правила поведения на занятиях.

Броски мяча вверх, об пол и ловля его двумя руками (не менее 15 раз).

Броски мяча вверх, об пол и ловля его одной рукой (не менее 10 раз).

Отбивание мяча об пол двумя руками, продвигаясь бегом на расстоянии 6-8 метров.

Отбивание мяча об пол одной рукой, продвигаясь вперед в прямом направлении.

Отбивание мяча об пол, двигаясь змейкой.

Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо с места и с трех шагов.

Отбивание мяча через сетку несколькими игроками с передачей друг другу.

Перебрасывание мячей друг другу снизу расстояние 1.5-2 м. 6-8 раз подряд.
Перебрасывание мячей друг другу из-за головы расстояние 1.5-2 м. 6 раз подряд.
Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте.
Вести мяч змейкой между расставленными предметами.
Попадать в предметы.
Забивать мяч в ворота.
Уметь применять основные приемы владения мячом.

Методы обучения, используемые при организации учебных занятий:

По внешним признакам деятельности педагога и обучающихся:

- словесный – беседа, лекция, обсуждение, рассказ, анализ;
- наглядный – показ, просмотр видеофильмов и презентаций;
- практический – самостоятельное выполнение заданий.

По степени активности познавательной деятельности обучающихся:

- объяснительно-иллюстративные – обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- исследовательский – овладение обучающимися методами научного познания, самостоятельной творческой работы.

По логичности подхода:

- аналитический – анализ этапов выполнения заданий.

По критерию степени самостоятельности и творчества в деятельности обучающихся:

- частично-поисковый – обучающиеся участвуют в коллективном поиске в процессе решения поставленных задач, выполнении заданий досуговой части программы;
- метод проблемного обучения;
- метод проектной деятельности.

Формы подведения итогов реализации программы.

В процессе обучения проводятся разные виды контроля результативности усвоения программного материала.

Текущий контроль проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами каждого обучающегося, процессом формирования компетенций. Текущий контроль успеваемости носит безотметочный характер и служит для определения педагогических приемов и методов для индивидуального подхода к каждому обучающемуся, корректировки плана работы с группой.

Периодический контроль проводится по окончании изучения каждой темы в виде практических результатов выполнения заданий. Периодический контроль проводится в виде: спортивных игр, соревнований; выполнение практических действий.

Промежуточный контроль – оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по итогам изучения раздела, темы или в конце определенного периода обучения.

Формами контроля могут быть: педагогическое наблюдение за ходом выполнения практических заданий, анализ на каждом занятии качества выполнения работ и приобретенных навыков ведения мяча, игр с мячом, устный опрос, соревнование, презентация проектов, анализ участия обучающегося в мероприятиях ДОУ.

Итоговая аттестация – проводится в виде диагностики (прилагается к программе) с целью оценки качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы после завершения ее изучения в конце учебного года.

Учебно-тематический план

| № п/п | Наименование разделов, тем | Всего, час | Количество часов учебных занятий | | Формы аттестации/ контроля |
|---------------|---|------------|----------------------------------|--------------|--|
| | | | Теоретические | Практические | |
| 1 | Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях | 1 | 1 | - | ответы обучающихся в процессе диалога |
| 2 | Диагностика физического развития детей. | 3 | - | 3 | наблюдение |
| 3 | Обучение спортивным элементам игры волейбола. Подвижные игры. | 15 | - | 15 | результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий |
| 4 | Обучение спортивным элементам игры баскетбола. Подвижные игры. | 11 | - | 11 | результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий |
| 5 | Обучение спортивным элементам игры футбола. Подвижные игры. | 6 | - | 6 | результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий |
| 6 | Итоговое занятие | 2 | - | 2 | соревнование |
| Итого: | | 38 | 1 | 37 | |

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Тема 2. Диагностика физического развития детей.

Тема 3-17. Обучение спортивными элементами волейбола. Подвижные игры.

Тема 18. Итоговое занятие за 1 полугодие «Мячи разные бывают»

Тема 19 - 29. Обучение спортивными элементами баскетбола. Подвижные игры.

Тема 30 - 35. Обучение спортивным элементам футбола. Подвижные игры.

Тема 36-37. Диагностика физического развития детей.

Тема 38. Итоговое занятие за год. Спортивный досуг «В мире подвижной игры»

Календарно-тематическое планирование

| № | Основные виды движений | Подвижные игры, игровые упражнения | Дата по плану | Дата по факту |
|---|--|------------------------------------|---------------|---------------|
| 1 | Вводное занятие Беседа на тему: «История мяча» с использованием иллюстраций. | | 6.09 | |
| 2 | Диагностика физического развития детей. | | 13.09 | |
| 3 | Броски мяча вверх, об пол и ловля его двумя руками | «Быстро передай» | 20.09 | |
| 4 | Броски мяча вверх, об пол и ловля его одной рукой. | «Пройди – не задень» | 20.09 | |
| 5 | Ходьба с подбрасыванием мяча и ловле его. Перебрасывание мячей друг другу снизу | «Вышибалы» | 27.09 | |

| | | | | |
|-------|---|--|----------------|--|
| | расстояние. | | | |
| 6 | Подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками и с усложнением (хлопки, прыжки, повороты). | «Мяч над головой» | 04.10 | |
| 7 | Прокатывание мячей из разных исходных положений (стоя, сидя) | «Удочка» | 11.10 | |
| 8 | Перебрасывание мячей разными способами (снизу, от груди, из-за головы) | «Мяч по кругу» | 18.10 | |
| 9 | Перебрасывание мячей из разных исходных положений (стоя, сидя, стоя на коленях) | «С мячом под дугой» | 25.10 | |
| 10 | Дети распределяются на тройки. Двое ребят перебрасывают мяч друг другу, а третий стоит между ними и старается коснуться мяча. | «Передал садись» | 01.11 | |
| 11 | Перебрасывание мячей через сетку | «Быстро возьми» | 08.11 | |
| 12 | Отбивание мяча через сетку несколькими игроками с передачей друг другу. | «Затейники» | 15.11 | |
| 13 | Перебрасывание мяча снизу, от груди, с отскоком от пола, двумя руками, от плеча одной рукой (расстояние 3-4 м) | «Эстафета с мячом (в шеренге, в колонне) | 22.11 | |
| 14 | Перебрасывание мячей через сетку | «Мы веселые ребята» | 29.11 | |
| 15 | Дети распределяются на тройки. Двое ребят перебрасывают мяч друг другу, а третий стоит между ними и старается коснуться мяча. | Подвижные игры с мячом по желанию детей. | 06.12 | |
| 16-17 | Перебрасывание из разных положений (сидя, стоя, лежа). | «Брось – догони» | 13.12 20.12 | |
| 18 | Итоговое занятие за 1 полугодие «Мячи разные бывают» | соревнование | 27.12 | |
| 19 | Передавание мяча с отскоком от пола из одной руки в другую Перебрасывание мячей друг другу во время ходьбы. | «С мячом под дугой» | 10.01 | |
| 20 | Перебрасывание мячей друг другу во время бега. Передавание мяча с отскоком от пола из одной руки в другую | «Мяч в кругу» | 17.01 | |
| 21 | Передавание мяча с отскоком от пола, из одной руки в другую в движении. Отбивание мяча об пол, двигаясь змейкой. | Подвижные игры с мячом по желанию детей. | 24.01 | |
| 22 | Отбивание мяча на месте. Отбивание мяча на месте в ходьбе правой и левой руками | «Я знаю 5 имен...» | 31.01 | |
| 23 | Отбивание мяча об пол двумя руками, продвигаясь бегом. Отбивание мяча на месте в движении по кругу. | «Толкни – поймай» | 07.02 | |
| 24 | Отбивание мяча об пол одной рукой, продвигаясь вперед в прямом направлении. Ведение мяча, продвигаясь между предметами. | «Я знаю 5 имен...» | 14.02 | |
| 25 | Ведение мяча с дополнительными заданиями (поворотами). Переброска мяча в ходьбе паре. | «Вышибалы» | 21.02 | |
| 26 | Ведение мяча, продвигаясь бегом. Отбивание мяча на месте в движении по кругу. | «Догони мяч» | 28.02 | |

| | | | | |
|--------------|---|-----------------------|-------|--|
| | Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места. | | | |
| 27 | Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом. | «Выгони мяч из круга» | 06.03 | |
| 28 | Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо. | «Подбрось – поймай» | 13.03 | |
| 29 | Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо. | «Космонавты» | 20.03 | |
| 30 Футбол | Удары по воротам с разбега внутренней стороной стопы «щечкой», внешней стороной стопы. | «Сбей предмет» | 27.03 | |
| 31 | Бросание мяча вдаль до указанных ориентиров. Отбивание мяча о стенку попеременно правой о левой ногой. | «Космонавты» | 03.04 | |
| 32 | Толкать лежащий мяч, догнать и поднять его. Перебрасывание мяча друг другу правой и левой ногой. | «Догони мячик» | 10.04 | |
| 33 | Ведения мяча попеременно то правой то левой ногой между предметами. Совершенствовать технику остановки (приёма) мяча подошвой ноги. | «Мяч в кругу» | 17.04 | |
| 34 | Обвести мяч вокруг предметов правой и левой ногой, не отпуская его далеко от себя. Перебрасывание мячей друг другу из-за головы. | «Мяч по дорожке» | 24.04 | |
| 35 | Точным движением ноги забить мяч в ворота. Ведение мяча, продвигаясь между предметами. | «Мяч вдогонку» | 08.05 | |
| 36 | Диагностика физического развития детей. | 1 подгруппа | 15.05 | |
| 37 | Диагностика физического развития детей. | 2 подгруппа | 22.05 | |
| 38 | Итоговое занятие за год. Спортивный досуг «В мире подвижной игры» | соревнование | 29.05 | |

Методическое обеспечение программы

Программа реализуется на базе МБДОУ детский сад № 2 «Солнышко» в спортивном зале, совмещенном с музыкальным залом.

| № п/п | Наименование | Количество, шт. |
|-----------|---|-----------------|
| 1. | Профильное оборудование | |
| 1.1 | кегли | 20 |
| 1.2 | мячи маленькие | 15 |
| 1.3 | мячи большие | 15 |
| 1.4 | мяч волейбольный | 1 |
| 1.5 | мяч баскетбольный | 4 |
| 1.6 | мяч футбольный | 1 |
| 1.7 | конусы | 8 |
| 1.8 | сетка волейбольная | 1 |
| 2. | Компьютерное оборудование | |
| 2.1 | ноутбук | 1 |
| 3. | Презентационное оборудование | |
| 3.1 | проектор | 1 |
| 3.2 | экран | 1 |
| 4. | Программное обеспечение | |
| 4.1 | «Школа мяча» Н.И. Николаевой | 1 |
| 4.2 | Наглядно-иллюстративные и дидактические материалы: плакаты, пособия. | 5 |
| 4.3 | Подборка подвижных игр и игровых упражнений с мячом, конспекты занятий, позволяющие развивать координацию движений, глазомер и моторику детей дошкольного возраста. | 20 |

Список литературы

1. Николаева Н. И. Школа мяча Санкт –Петербург Детство - Пресс 2012
2. Адацкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников/ М: Просвещение, 1983
3. Адацкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду/ М: Просвещение, 1992
4. Гришин В.Г. Игры с мячом и ракеткой/ М: Просвещение, 1982
5. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.