

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НЕФТЕЮГАНСКА
«ДЕТСКИЙ САД № 9 «РАДУГА»

Принято на заседании
педагогического совета МАДОУ
«Детский сад № 9 «Радуга»
дата 31.08. 2020г.
протокол № 1

Утверждаю:

И.о. директора МАДОУ

«Детский сад №9 «Радуга»

О.В.Гурьева

Приказ от 31.08.2020 г. № 257



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

физкультурно-спортивной направленности

«Спортивный калейдоскоп»

Возраст воспитанников: 4-5 лет

Срок реализации – 6 месяцев

Автор - составитель:
Морозова Олеся Алексеевна
инструктор по физической
культуре

г. Нефтеюганск, 2020

Пояснительная записка

Известно, что здоровье ребенка формируется под воздействием целого комплекса факторов: биологических, экологических и др. 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 недостатке ее возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям. Приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, чёткость и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство коллективизма. Оптимальный объем развития двигательных качеств — одно из условий сохранения и укрепления здоровья детей 4-7 лет. Уровень физической подготовленности принято определять в основном по степени развития мышечной силы, быстроты и выносливости. Однако различных сторон двигательных качеств детей 4-7 лет деятельности гораздо больше и их в равной мере следует принимать во внимание. Базовыми двигательными качествами детей являются: ловкость, меткость, точность, подвижность, равновесие, ритмичность, быстрота реакции.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия 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 выработке таких психологических качеств, как внимательность, инициативность, целеустремленность. Особый интерес

представляет использование игрового метода и упражнений из арсенала спортивных игр в системе физического воспитания детей средних, старших и подготовительных групп в дошкольных образовательных учреждениях.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Спортивный калейдоскоп» составлена на основе методического пособия Э.Й. Адашкявичене «Баскетбол для дошкольников», автор которого раскрывает содержание и методику обучения игре в баскетбол детей старшего дошкольного возраста, в соответствии с введением в действие Федеральных государственных образовательных стандартов к структуре программы дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17 октября 2013 года). Методические пособия, используемые в разработке программы, базируются на материале многолетних научных исследований и концентрируют в себе передовой практический опыт. Авторы: Н. Волошина: Программа физического воспитания детей 4-7 лет «Играйте на здоровье!» раздел «Баскетбол»: (технология физического воспитания детей 4-7 лет, основанные на использовании подвижных игр с элементами спорта), Н.И.Николаева «Школа мяча»: учебно-методическое пособие (подборка подвижных игр и игровых упражнений с мячом)

Нормативно-правовое обеспечение

Дополнительная общеобразовательная программа (далее – Программа) разработана в соответствии с требованиями следующих нормативно-правовых документов:

- Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р),
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые),
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006г. №06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»,
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации

режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»,

- Закон Ханты-Мансийского автономного округа-Югры от 01.07.2013 года № 68-оз «Об образовании в Ханты-Мансийском автономном округе-Югре»,

- Постановление Правительства Ханты-Мансийского автономного округа-Югры от 09.10.2013г. № 413-п «О государственной программе Ханты-Мансийского автономного округа-Югры «Развитие образования в Ханты-Мансийском автономном округе - Югре на 2018 - 2025 годы и на период до 2030 года» (с изменениями на 30.11.2018);

- Концепцией персонифицированного финансирования системы дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе-Югре,

- Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа-Югры от 04.06.2016 №1224 «Об утверждении правил персонифицированного финансирования в ХМАО-Югре» (с изменениями от 20.08.2018 №1142).

- Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа-Югры от 31.01.2013 № 63 «Об утверждении Концепции развития воспитания в системе общего образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры»;

- Стратегия развития образования Ханты-Мансийского автономного округа-Югры до 2020 года;

- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (далее – ФГОС ДО);

- Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения города Нефтеюганска «Детский сад № 9 «Радуга».

- Лицензия муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения города Нефтеюганска «Детский сад № 9 «Радуга». на осуществление образовательной деятельности от 24 сентября 2015г. № 2301

Требования к квалификации педагога дополнительного образования

Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю объединения, секции, студии без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по

направлению «Руководитель физической культуре» без предъявления требований к стажу.

Уровень программы - стартовый.

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Данная программа направлена на укрепление опорно-двигательного аппарата, на улучшение физического развития, физической подготовленности детей, развитию ловкости, координации, глазомера, согласованности движений, воспитанию морально – волевых качеств.

Актуальность программы

Актуальность программы в том, что она направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление воспитанников, программа также актуальна в связи с возросшей популярностью спортивных игр в нашей стране. Одним из эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы с детьми спортивные игры. Разнообразие технических и тактических действий спортивных игр и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений у детей, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия спортивных игр и сопряжённые с ним физические упражнения являются средствами укрепления здоровья, развивая двигательную активность, улучшая сердечно-сосудистую и дыхательную системы, укрепляя иммунную систему организма. Занятия спортом формируют здоровый образ жизни, воспитывают патриотизм. Дополнительная образовательная программа по обучению детей спортивным играм направлена на формирование у детей, положительного отношения к здоровому образу жизни и развитию двигательной активности. Данная программа создает представление у детей о спортивных играх в целом. Обучает первоначальным навыкам и приемам, правилам игры. В программе представлена планомерная работа по обучению воспитанников элементам спортивной игры, историей их возникновения, овладение арсеналом (набором) технико-тактических действий, необходимых для успешного ведения игр, формирование навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины. В этих играх развивается воля, сообразительность, смелость, быстрота реакции и др.

Новизной программы

Программа имеет физкультурно-оздоровительную направленность, которая является важным направлением в физическом развитии. Программа направлена на развитие у детей координации и ловкости движений, гибкости и пластичности, чувства ритма, внимания и быстроты реакции, повышает способность ориентироваться в пространстве, укрепляет осанку и мышцы ребенка, помогает приобрести отличную физическую форму и приобщает к здоровому образу жизни. Программа «» основана на сочетании гимнастики, пальчиковой гимнастика, игрового самомассажа, упражнениях с мячами разного диаметра, музыкально-подвижные игры, игры – путешествия, релаксация, дыхательных упражнений, что делает занятия привлекательными. Занятия дают возможность гармонично сочетать упражнения для развития таких качеств, как выносливость, координация движений, сила и гибкость.

Цель программы: развитие основных физических качеств детей

дошкольного возраста в процессе ознакомления с элементами спортивных игр с мячом.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучить навыкам передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину, ворота, умение применять их в игровой ситуации;

Развивающие:

- развивать основные физические качества: глазомер, координацию, ритмичность, согласованность движений, быстроту, ловкость, выносливость, силу, в игровой форме у детей с разной степенью физической подготовленности;
- развивать подвижность суставов, формировать правильную осанку, укреплять мышечный корсет;

Воспитательные:

- формировать волевые качества: выдержку, смелость, целеустремлённость, организованность и взаимовыручку в команде;
- приобщать к основам здорового образа жизни.

Адресат программы 4-5 лет.

На пятом году жизни движения ребенка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все более устойчивый характер; совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие; развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом. Все это позволяет педагогу приступить к обучению технике выполнения основных движений, отработке их качества.

Детей следует привлекать к подготовке, раздаче инвентаря и его уборке после занятия.

Приемы обучения движениям разнообразны: показ и объяснение, указания, пояснения, игровые приемы, имитации, использование зрительных и звуковых ориентиров. Например, педагог показывает ребенку подлезание под дугу, затем объясняет, как это надо делать, после чего ребенок выполняет подлезание сам. Инструктор помогает, ободряя и подсказывая. Проговаривая последовательность движений по ходу их выполнения, воспитатель тем самым помогает детям лучше осознать задание. Важно сосредоточивать внимание ребенка на удавшихся ему элементах движения, а не на допущенных ошибках. Если ребенок затрудняется, педагог оказывает ему помощь. Можно выполнить движение вместе с ребенком. Поощрение, поддержка помогают детям преодолевать трудности, развивают уверенность в своих силах.

В зависимости от программных задач и содержания занятия используются разные способы организации детей: фронтальный, поточный, подгрупповой, индивидуальный. Например, если ставятся задачи учить детей отталкиваться в прыжках в длину с места, сочетать это со взмахом рук, а также закреплять умение ползать на четвереньках и катать мяч между предметами, их можно разделить на подгруппы: одну подгруппу обучают прыжкам в длину с места, другая последовательно упражняется в двух движениях — сначала в ползании на четвереньках друг за другом до ориентира, затем в катании мяча друг к другу. В течение одного занятия могут быть использованы два-три способа организации детей.

При обучении основным видам движений применяются игровые приемы. Например, ребенку предлагают пройти не по гимнастической скамейке, а по мостику, перепрыгнуть не через две линии, а через «канавку». Можно

организовать занятие, все содержание которого будет подчинено игровому сюжету, например, «Прогулка в лес».

В деятельности детей данного возраста появляются ролевые взаимодействия, В процессе игры могут меняться роли, игровые действия начинают выполняться не ради них самих, а ради смысла игры. Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями в мелкой и крупной моторике, Развивается ловкость, координация движений. Дети усложняют игры с мячом, Дети запоминают несложные правила подвижных игр, за счет возрастания объёма памяти. У ребенка формируется потребность в уважении со стороны взрослого, похвала становится очень важна для ребенка. Речь становится предметом активности детей.

В детском организме заложены большие возможности для тренировок, а это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания в ДОО. Ведь освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом.

Дети 4-5 лет очень активны, у них отмечается постоянная потребность в движении. Это связано с некоторыми физиологическими особенностями их организма: процесс окостенения позвоночника еще продолжается, позвоночник довольно гибкий и может деформироваться при длительных статических позах; происходит развитие крупных мышечных групп, поэтому необходимы регулярные посильные нагрузки. Также в данный период совершенствуются следующие физические возможности малышей: повышается выносливость; улучшается координация; движения становятся более точными и уверенными; улучшаются показатели скорости и ловкости. Вместе с тем, нужно знать, что развитие мускулатуры происходит неравномерно. Ритм сердечных сокращений легко нарушается. Поэтому дети быстро устают и периодически нуждаются в отдыхе.

Развитие двигательного аппарата детей 4-5 лет имеет ряд специфических черт по сравнению как с более ранними, так и более поздними возрастами.

Развитие находящегося в процессе окостенения скелета 5-летнего ребенка носит не столь интенсивный характер по сравнению с предыдущими годами (особенно возрастом до 3 лет). Достаточно энергичен лишь процесс окостенения мелких костей запястья, благодаря которому движения кисти становятся более устойчивыми.

В течение 5-го года жизни происходит значительный сдвиг в развитии мускулатуры. Заметно увеличивается ее масса, особенно резко нарастает мускулатура нижних конечностей, возрастают сила и работоспособность мышц. Совершенствуется координация многочисленных групп мышц. Ходьба 5-летнего ребенка отличается большей согласованностью движений верхних и нижних конечностей, устойчивостью туловища, более ритмичным отталкиванием ног от поверхности.

Значительно улучшаются показатели мелкой моторики. Благодаря этому у ребенка развиваются навыки меткого бросания.

Интенсивно развивается кровеносная система, увеличивается масса сердца. В развитии дыхательного аппарата наблюдается дисбаланс: легкие мощные, а просвет верхних воздухоносных путей (полость носа и гортани) узок, слабые дыхательные мышцы.

У 5-летнего ребенка происходят существенные перестройки в работе всей нервной системы и главным образом ее высшего отдела – головного мозга. Развитие нервной системы определяется количественным ростом. Качественное развитие мозга обусловлено расширением и обогащением деятельного опыта ребенка, характером его воспитания.

Условия реализации программы

Обязательным условием зачисления обучающегося является наличие сертификата дополнительного образования, наличие заявления родителя (законного представителя).

Оказание услуг начинается по мере комплектования групп.

Количество обучающихся в группе от 10 до 12 воспитанников.

Форма организации деятельности на занятии - практикум, сюжетные, игровые, занятия - тренировки, занятия соревнования.

Сроки реализации программы 6 месяцев (22 часа).

Режим занятий

Занятия проводятся во вторую половину дня 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

Форма занятий - групповая.

Форма обучения – очная.

Планируемые результаты

Дошкольный возраст является базисным в формировании физического здоровья и культурных навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем. Результатом дошкольного физического воспитания должны стать высокий уровень здоровья ребенка и формирование фундамента физической культуры будущего взрослого человека.

Обучающие:

- овладение элементом баскетбола, навыками различного способа ведения мяча, броска мяча в корзину;
- броски мяча вверх и ловить его на месте и в движении;
- отбивание одной рукой на месте и в движении;
- передавание мяча друг другу в разных направлениях и разными способами; забрасывать мяч в баскетбольное кольцо.
- обучены жизненно - важным двигательным навыкам и умениям;
- обучены практическим приёмам выполнения элементов спортивных игр: волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис, бадминтон, городки;
- ознакомлены с основными знаниями техники безопасности.

Развивающие:

- развитие мотивация к познанию, занятиям физической культурой;
- развитие основных двигательных качеств: сила, ловкость, быстрота движений, скоростно-силовые способности, меткость, выносливость; внимание и координация; гибкость и выносливость.
- развитие уровня двигательной культуры на основе свободного владения игровыми действиями с мячом;

Воспитательные:

- приобщение к здоровому образу жизни;
- воспитание чувства ответственности и умение работать в команде;
- расширение коммуникативных способностей детей.

Периодичность оценки результатов и способы определения их результативности

Для оценки уровня освоения дополнительной общеобразовательной программы проводится посредством входного, текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации.

Входной контроль определяет готовность обучающегося к обучению по конкретной программе и проводится в форме педагогического наблюдения.

Текущий контроль выявляет степень сформированности практических умений и навыков учащихся в выбранном ими виде деятельности. Текущий контроль осуществляется без фиксации результатов в форме выставки, педагогического наблюдения и самоанализа.

Промежуточная аттестация проводится в конце января в форме самоанализа.

Итоговая аттестация проводится по завершению всего объема дополнительной общеобразовательной программы в форме развлечения.

По качеству освоения программного материала выделены следующие уровни знаний, умений и навыков:

-высокий - программный материал усвоен обучающимися детьми полностью, воспитанник имеет высокие достижения;

-средний - усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок;

- ниже среднего - усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях; участвует в конкурсах на уровне коллектива.

Учебный план

Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
	Всего	Теория	Практика	
Вводное занятие.	1	0,3	0,7	наблюдение
Занятия	18	6	14	наблюдение

Аттестация	1	0,5	1	самоанализ
Итоговое занятие.	1	0,3	0,7	Наблюдение, развлечение
Итого часов:	22	6.6	15.4	

Календарный учебный график

№ п/п	Ме- сяц	Время проведен ия занятия	Форма занятия	Ко л- во час ов	№ занятия п/п	Место провед ения	Форма контроля
1	Ноябрь 1 неделя	-	группова я	1	Вводное занятие №1 "История возникновения мяча"	Спорти вный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
2	Ноябрь 2 неделя	-	группова я	1	Занятие №2 "Прокатывание мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
3	Ноябрь 3 неделя	-	группова я	1	Занятие №3"Ловля мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
4	Ноябрь 4 неделя	-	группова я	1	Занятие №4 "Бросание мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ

5	Декабрь 1 неделя	-	группова я	1	Занятие №5"Метание мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
6	Декабрь 1 неделя	-	группова я	1	Занятие №6" Бросание мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
7	Декабрь 2 неделя	-	группова я	1	Занятие №7" Прокатывани е мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
8	Январь 2 неделя	-	группова я	1	Занятие №8. "Метание мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
9	Январь 3 неделя	-	группова я	1	Занятие №9. "Ведение мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
10	Январь 4 неделя	-	группова я	1	Занятие №10 "Прокатывание мяча"	Спортив ный зал	самоанализ
11	Февраль 1 неделя	-	группова я	1	Занятие №11 "Бросание мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ

12	Февраль 2неделя	-	группова я	1	Занятие №12" Метание мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
13	Февраль 3неделя	-	группова я	1	Занятие №13" Ведение мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
14	Февраль 4неделя	-	группова я	1	Занятие №14 "Прокатывание мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
15	Март 1 неделя	-	группова я	1	Занятие №15 "Бросание мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
16	Март 2 неделя	-	группова я	1	Занятие №16 "Ведение мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
17	Март 3 неделя	-	группова я	1	Занятие №17 "Бросание мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
18	Март 4 неделя	-	группова я	1	Занятие №18 "Отбивание мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ

19	Апрель 1 неделя	-	группова я	1	Занятие №19 "Ведение мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
20	Апрель 2 неделя	-	группова я	1	Занятие №20 "Отбивание мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
21	Апрель 3 неделя	-	группова я	1	Занятие №21 "Отбивание мяча"	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ
22	Апрель 4 неделя	-	группова я	1	Занятие №22 Итоговое «Мой веселый звонкий мяч»	Спортив ный зал	Практическая работа, педагогическое наблюдение, самоанализ

Содержание программы

Раздел №1. Вводное занятие.

Занятие № 1.

1.1. Тема: "История возникновения мяча"

Теория: Знакомство с историей возникновения мяча. Беседа «Спортивные игры с мячом». Д/и «Что это за мяч?»

Практика: П/и «Горячая картошка». Развивать ориентировку в пространстве.

Раздел №2. Занятия.

Занятие № 2.

2.1. Тема. "Прокатывание мяча"

Теория: Познакомить детей со спортивной игрой волейбол, правилами игры. Воспитывать целеустремленность

Практика: учить детей прокатывать мяч между предметами «змейкой». Закреплять умение мягко ловить мяч кистями рук
Игровое упражнение «Прокати не задень». Подвижная игра «Салют». Развивать ловкость, координацию движений.

Занятие № 3.

2.2. Тема. "Ловля мяча"

Теория: Беседа о спортивной игре «Баскетбол»

Практика: Учить детей ловить мяч двумя руками. Игровое упражнение «Успей поймать». Подвижная игра «Веселые мячи», «Салки с мячом». Развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, координацию движений.

Занятие № 4.

2.3. Тема. "Бросание мяча"

Теория: Беседа о спортивной игре «Футбол»

Практика: Упражнять в бросании мяча через шнур двумя руками. Забрасывание мяча в ворота. Броски мяча друг другу. Игровое упражнение «Перебрось через шнур», " Бросок мяча в ворота на меткость". Подвижная игра «Передай мяч». Развивать ловкость быстроту движений.

Занятие № 5.

2.4. Тема. "Метание мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Техника метания.

Практика: Совершенствовать метание мяча вдаль. Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, Игровое упражнение «Чей мяч дальше». Подвижная игра «Прокати и догони», "«Ловишка с мячом»". Развивать умение ориентироваться в пространстве.

Занятие № 6.

2.5. Тема. " Бросание мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале.

Практика: Продолжать учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками. Учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут, произнесены последние слова. Игровое упражнение «Подбрось, поймай, упасть не давай». Подвижная игра «Мой веселый, звонкий мяч».

Занятие № 7.

2.6. Тема: " Прокатывание мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

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

Занятие № 8.

2.7. Тема: "Метание мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

Практика: Учить принимать правильное исходное положение при метании в горизонтальную цель. Подвижная игра «Стой!». Игровое упражнение «Попади в круг». Подвижная игра «Шмель». Развивать мышцы пальцев и кисти. Совершенствовать технику бега, координацию движений.

Занятие № 9.

2.8. Тема: "Ведение мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

Практика: Формировать элементарные для футбола действия с мячом. Ведение мяча ногой с помощью ориентиров. Игровое упражнение «Догони», Подвижная игра «Сбей булаву», «Ловишки с мячом». Развивать внимание, быстроту и ловкость.

Занятие № 10.

2.9. Тема: "Прокатывание мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

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

Занятие № 11.

2.10. Тема: "Бросание мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

Практика: Учить бросать мяч об пол и ловить его двумя руками. Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Игровое

упражнение «Веселый мяч», "Перебрасывание мяча в парах разными способами", "Бросание мяча в вертикальную цель", "Бросок мяча ногой в ворота". Подвижная игра «Стрелок», «Найди себе пару».

Занятие № 12.

2.11. Тема: "Метание мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

Практика: Учить принимать правильное исходное положение при метании в вертикальную цель. Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, игровое упражнение «Попади в мишень». Подвижная игра «Прокати и догони», «Веселые мячи». Развивать умение ориентироваться в пространстве.

Занятие № 13.

2.12. Тема: "Ведение мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

Практика: Формировать элементарные для футбола действия с мячом. Игровое упражнение «Мячи шалунишки». Подвижная игра «Салют», «Лови, не лови». Развивать ловкость, координацию движений, внимание, умение сосредотачиваться на определенном предмете, быстроту мышления.

Занятие № 14.

2.13. Тема: "Прокатывание мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

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

Занятие № 15.

2.14. Тема: "Бросание мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

Практика: Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол, подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут произнесены последние слова. Игровое

упражнение «Поиграй со мною мяч», Забрасывание мяча в корзину с двух шагов". Подвижная игра «Передай мяч», «Мой веселый звонкий мяч». Развивать ловкость быстроту движений.

Занятие № 16.

2.15. Тема: "Ведение мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

Практика: Формировать элементарные для футбола действия с мячом. Игровое упражнение «Попади в ворота», " Перебрасывание мяча в парах". Подвижная игра «Шмель», «Ловишки с мячом». Развивать мышцы пальцев и кисти, внимание, быстроту и ловкость.

Занятие № 17.

2.16. Тема: "Бросание мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

Практика: Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить после одного, двух хлопков. Учить действовать сообща в паре. Игровое упражнение «Мяч высоко». Подвижная игра «Конкурс с яблоком». «Стой!», " Бросание и ловля набивного мяча". Развивать ловкость, координацию. Совершенствовать технику бега, координацию движений рук и ног.

Занятие № 18.

2.17. Тема: "Отбивание мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

Практика: Учить отбивать мяч правой и левой рукой поочередно. Игровое упражнение «Отбей мяч». Подвижная игра «Стрелок», «Мяч в круг», «Лови, бросай». Развивает бег, увертливость, ловкость. Совершенствовать навык отталкивания мяча. Развивать координацию движений, фиксацию взора.

Занятие № 19.

2.18. Тема: "Ведение мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

Практика: Формировать элементарные для футбола действия с мячом. Игровое упражнение «Гонка мячей». Подвижная игра «Кого называли тот и

ловит», «Игра в мяч». Развивать внимание, ловкость, быстроту реакции на сигнал, зрительно – моторную координацию.

Занятие № 20.

2.19. Тема: "Отбивание мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

Практика: Учить отбивать мяч одной рукой с продвижением вперед. Игровое упражнение «Играй, играй мяч не теряй». Подвижная игра «Найди себе пару», «Сбей булаву». Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Развивать глазомер и меткость.

Занятие № 21.

2.20. Тема: "Отбивание мяча"

Теория: Беседа о правилах безопасности в спортивном зале. Повторение правил игрового задания и подвижных игр.

Практика: Отрабатывать отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед. Игровое упражнение «Играй, играй мяч не теряй». Подвижная игра «Лови, не лови», «Игра в мяч». Развивать внимание, умение сосредотачиваться на определенном предмете, быстроту мышления. Развивать ловкость, зрительно – моторную координацию.

Раздел №3. Итоговое занятие.

Занятие № 22.

3.1. Тема: «Мой веселый звонкий мяч»

Теория: Д/и "Какие разные мячи"

Практика: Развлечение. Подведение итогов учебного года.

Методическое обеспечение

Программа оснащена несколькими педагогическими технологиями, такими как:

-игровая (Выгодский Л.С., Леонтьев А.Н.), данная педагогическая технология помогает учащимся быстрее вовлечься в работу, вызывает эмоциональный настрой и активность, так же помогает детям развить коммуникабельность благодаря тесному контакту с учащимися;

- здоровьесберегающие технологии, на занятиях по изобразительной деятельности необходимо чередовать мыслительную деятельность с

физминутками, пальчиковыми гимнастическими, гимнастикой для глаз, что дает положительные результаты в обучении;

- личностно-ориентированные технологии (Сухомлинский В.А.), целью которой является предоставление каждому ребенку возможности изучить учебный материал на различных уровнях (но не ниже базового), в зависимости от интеллектуальных способностей и индивидуальных предпочтений. Каждый ребенок уникален в своей индивидуальности и имеет право развиваться в собственном темпе, по своей «образовательной траектории».

В процессе реализации программы используются следующие методы:

- метод беседы - рассказ при объяснении нового материала, консультация при выполнении упражнения в процессе;

- наглядные методы - иллюстративные, демонстрационные методы с применением компьютерных презентаций, видеофильмов, компьютерных программ;

- игровые методы;

- диагностические методы – опрос во время занятий, направленный на определения уровня образовательных результатов;

- проектные методы – проектирование творческой работы, по окончании каждого из полугодий.

Методы и приемы

- словесный, наглядный, практический, игровой, метод проблемного изложения, методы стимулирования физической активности;

- объяснительно-иллюстративные, репродуктивные.

Для организации занятий по программе «Спортивный калейдоскоп» оборудован спортивный зал, который оснащен оборудованием.

Дидактическое обеспечение:

Наглядно-дидактические пособия:

- Дидактические картинки «Спорт» с изображением вида спорта и подробным описанием возникновения спортивных игр.

- Карточки с изображением исходных положений.

- Карточки - схемы построений (в круг, в два круга, в колонну и врассыпную).

- Карточки подвижных, малоподвижных, нейро игр; дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, мирилки, считалки, виды спорта и др.

- Научная и специальная литература;

- Памятки;

Аудио и видеопродукция:

- Презентации по теме занятий;
- Видео уроки о спортивных играх;
- Произведения музыки разного жанра.
 - Видеозаписи;
 - Мультимедийные материалы.
 - Компьютерные программные средства.

Техническое обеспечение:

- Баннеры на календарные праздники, развлечения (Папа, мама, я - спортивная семья, День защитника Отечества, 9 мая, Динозавры, Зов Джунглей, Олимпийские игры, Хантыйские праздники.

- Музыкальные инструменты (бубен);

- Ноутбук, Музыкальный центр, Мультимедиа;

- Костюмы детские и взрослые;

- Атрибуты, необходимые для праздников, развлечений, досугов, для танцевально-игровой гимнастики. (декорации, бутафория);

- Разные виды театра: бибабо, перчаточный, пальчиковый, мягкие игрушки, маски-шапочки;

- Спортивное оборудование, инвентарь: шведская стенка, скамейки, обручи, мячи большие и маленькие, скакалки, мешочки с песком, гантели, набивные мячи, флажки, султанчики, гимнастические палки, массажные мячи, коврики, массажная дорожка, су-жок, степы, баскетбольный щит, маты, мягкий пол, ориентиры и многое др.

Список литературы

1. Адашкявичене, Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М., 1983.
2. Адашкявичене, Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М., 1992.
3. Антонов, Ю.Е. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века / автор-составитель М.Н. Кузнецова, Т.Ф. Саулина, М., 2000.
4. Аркин, Е.А. Дошкольный возраст. М., 1990
5. Вавилова, Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. М., 1981.
6. Вавилова, Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. – М., 1981.
7. Волошина, Л.Н. «Играйте на здоровье!»: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. М., 2004.
8. Волошина, Л.М., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта. М., 2004.
9. Дайлидене И.Ю. Поиграем, малыш! М.. 1992.
10. Данчева Р., Ганева М., Живкова К. Спортивноподготовительные упражнения и игры в детских садах. София, 1985.
11. Змановский, Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми. М., 1989.
- Крусева Т.О. Справочник инструктора по физической культуре в ДОУ. М., 2005.
12. Маврудиева, Н. Подвижные игры как средство развития двигательных качеств и оформления специфических умений в обучении по минибаскетболу. Син., 2002.
13. Ноткина, Н.А. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. – СПб., 1993.
14. Сивачева, Л.Н. Спортивные игры с нестандартным оборудованием. СПб., 2001
15. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. М., 2001.
16. Яковлева, Л.В., Юдина, Р.А. Физическое здоровье и развитие детей 3-7 лет – программа «Старт», М., 2003.

Приложение.

1. Методические рекомендации по структуре занятий:

Вводная часть: различные виды ходьбы и бега, подскоков, прыжков, корректирующие упражнения.

Основная часть: ОРУ, упражнения с мячом, элементы спортивных игр, п/и, эстафеты с мячом.

Заключительная часть: м/п игра, ходьба, релаксация.

(Занятия проводятся в спортивном зале, в теплое время года на спортивной площадке).

2. Методика обучения игре в баскетбол.

Успешное выполнение игровых действий с мячом связано с овладением детьми наиболее целесообразными приемами перемещения по площадке. Детей учат принимать основную стойку баскетболиста: ноги умеренно согнуты в коленях, расставлены на ширину плеч, одна из них выставлена на полшага вперед; тяжесть тела распределяется на обе ноги равномерно; руки согнуты в локтях, прилегают к туловищу.

Передвижение по площадке осуществляется преимущественно бегом, который сочетается с ходьбой, остановками, поворотами и прыжками. Упражнения в перемещении по площадке совмещаются с действиями с мячом. Следует помнить, что, удерживая мяч двумя руками, ребенок должен охватывать его широко расставленными пальцами не совсем сбоку, а несколько сзади. Мяч лучше держать так, чтобы он не закрывал лицо играющего и не ограничивал видимости. При ловле мяча его встречают руками, захватывают пальцами и, сгибая руки, мягко подтягивают к себе, не прижимая к груди. Кисти рук при этом должны быть расслаблены, а ноги надо эластично сгибать. Передача мяча и его ловля выполняются сначала с места, потом в движении, одновременно двумя (от груди) и одной рукой (от плеча). Эти упражнения усложняют последовательно. От индивидуальных действий с мячом детей переводят к упражнениям парами. Позднее группе детей начинают приучать к правильной технике передачи мяча: в правильной стойке, держа мяч на уровне груди двумя руками, ребенок совершает небольшое дугообразное движение к туловищу по направлению вниз - на грудь, а затем, разгибая одновременно руки и ноги и действуя всем корпусом, он посылает мяч активным движением кистей вперед.

Броскам мяча в корзину детей обучают одновременно с обучением передаче мяча, так как эти движения сходны по структуре. Однако в броске мяча, в отличие от передачи, ребенок описывает мячом, который он удерживает в исходном положении у груди, небольшую дугу вниз на себя, а затем бросает его, выпрямляя руки вверх, но не вперед. Одновременно разгибаются ноги, туловище устремляется вверх - вперед, происходит приподнимание на носки, руки сопровождают полет мяча, отталкивают его кистями, направляя в корзину. Прицеливаясь, следует смотреть в ту точку, в которую хочешь попасть мячом, поднимая при этом голову. Детей упражняют в бросании мяча в цель через веревку, сетку, высота которых постепенно увеличивается.

В младшей группе педагог не добивается от воспитанников целиком правильных движений. Он старается всесторонне подготовить их к усвоению необходимых для игры приемов, формируя навыки самых разнообразных действий с мячом.

В средней группе продолжается усвоение приемов передачи, ловли, ведения и броска мяча друг другу. Задания постепенно усложняются. Формируются умения применять названные действия в игровых условиях, сочетать их между собой и с другими действиями с мячом и без него, в зависимости от игровой ситуации. Целесообразно варьировать условия выполнения этих действий. При этом усложняется взаимодействие игроков между собой.

Когда дети хорошо овладевают способами ловли и передачи мяча, эти действия начинают применять в сочетании с бросанием мяча в корзину.

Вырабатываются непринужденность и ритмичность действий. Совершенствуются навыки отталкивания мяча мягким движением кисти.

Детей учат броску мяча в корзину после предварительной остановки. Для выполнения броска рекомендуется выставлять одну ногу на полшага вперед (мяч в это время находится на ладони согнутой в локте руки и придерживается другой рукой), а затем, разгибая ноги и одновременно выпрямляя руку с мячом вверх - вперед, мягким толчком кисти направлять мяч в корзину

3. Методика обучения катанию, бросанию и ловле, метанию.

Катание — полезное упражнение, помогающее овладеть мячом, тренирующее мышцы пальцев и кисти, приучающее правильно оценивать направление движения мяча и необходимые при этом мышечные усилия. Для успешного прокатывания следует направлять мяч вперед, стараясь, чтобы он не уклонялся в сторону, толчок должен быть сильным и уверенным. Толчок должен выполняться пальцами выпрямленных рук, как бы сопровождая ими движение мяча.

Бросание и ловля — более сложные движения, требующие глазомера. При ловле мяча важно правильно оценить направление его полета, а при броске сочетать необходимое направление с силой броска. Полезно подбрасывание мяча вверх. Оно связано с активным выпрямлением, как бы потягиванием за брошенным предметом, и это упражнение, помимо укрепления мышц плечевого пояса, содействует хорошей осанке. При овладении действиями с мячом большое место занимают индивидуальные упражнения, самостоятельные попытки детей играть с мячом: бросать его в любом направлении, использовать усвоенный способ броска - снизу, сбоку, от плеча. Бросок о землю должен выполняться вертикально вниз с соблюдением точности направления и определенной силы толчка. При слабом ударе приходится наклоняться вниз, чтобы поймать мяч, а при излишне сильном ударе мяч высоко взлетает и его трудно поймать. Успех в данном упражнении во многом зависит от состояния поверхности, поэтому бросание мяча вниз инструктор организует на асфальтовой дорожке, плотной, ровной площадке.

Мяч, брошенный вверх или отскочивший от земли, ловят двумя руками одновременным хватом с двух сторон или снизу, подставляя ладони под взлетевший мяч. Пальцы слегка согнуты, образуя как бы чашу. Мяч, брошенный сверстником, надо ловить, не прижимая к груди, стараясь встречать при ловле пальцами, руки выпрямлять по направлению к летящему мячу, а поймав, согнуть их и подтянуть мяч к груди. Дети ловко и непринужденно бросают и ловят мяч. Поэтому они могут находиться в разных положениях - сидя, стоя, парами.

Метание в цель (горизонтальную и вертикальную) выполняется мячами резиновыми или теннисными, мешочками с песком, шишками, снежками.

Горизонтальной целью может служить ящик, пенек, корзина, вертикальной - щит с нарисованным кругом, обруч, большой мяч, дерево и т.п. в зависимости от характера цели, веса и величины метаемого снаряда выбирается способ метания. Большой мяч в корзину или лежащий на земле обруч бросают двумя руками снизу, маленький мяч или шишку — одной рукой. В вертикально расположенную цель чаще бросают небольшой снаряд одной рукой. В метании надо обращать внимание на чередование бросков правой или левой рукой - это важно для гармоничного развития обеих рук, для профилактики появления нарушения осанки.

Метание вдаль не требует такой точности, глазомера, как метание в цель. Движения детей здесь более свободные, размашистые, энергичные. Часто, бросок, хотя и резкий, направляется вниз, и предмет падает близко от ребенка (в пределах 0,5,- Дм), детей надо обучить правильному метанию вперед-вверх. По такой траектории мяч улетит далеко. Без зрительного ориентира дети с трудом понимают, как это выполнить. Поэтому инструктор предлагает перебросить мяч через куст, ветку дерева или подвешивает веревку несколько выше поднятой руки ребенка. Дети располагаются на расстоянии 2 - 3 м. сам инструктор должен правильно показать детям движение с соблюдением всех основных требований техники или для показа подготовить ребенка, умеющего хорошо метать. Метание вдаль выполняется разными способами: от плеча, из-за спины через плечо с предварительным замахом, снизу, сверху, сбоку.

Вдаль метают мячи, мешочки с песком, шишки, снежки. Вырезанные из картона круги метают способом сбоку, напоминающим метание диска. Мячи должны быть разнообразными: маленькие резиновые или теннисные диаметром 5-6 см. Для некоторых упражнений и игр используются надувные мячи. Мячи должны хорошо отскакивать.

Методика обучения игре в футбол

Для организации занятий по физическому воспитанию с детьми младшего возраста на основе использования элементов игры в футбол необходимо осуществить ряд последовательных мероприятий. Суть их заключается в подготовке мест и инвентаря в спортивном зале или на спортивной площадке, подборе соответствующих возрастным особенностям способов владения мячом, создании условий выполнения различных движений в голеностопном, коленном и тазобедренном суставах, использовании упражнений для двигательного действия футболиста (удары по мячу, передачи, остановки, ведения).

Рекомендуется применять специальные упражнения в следующей последовательности: на развитие «чувства мяча»; на обучение ударам; на обучение остановок и передач; на обучение ведения; комбинированные упражнения, направленные на закрепление и совершенствование игры в футбол. Занятия необходимо проводить длительностью по 15 минут. Включать элементы игры в футбол в каждое занятие в процентном соотношении 25% от общего времени занятий.

В процессе деятельности необходимо использовать упражнения, в условиях обеспечивающих интеграцию познавательной и двигательной деятельности детей. Для этого необходимо подготовить спортивный _ инвентарь и оборудование с дидактической символикой (мячи, ворота, ориентиры, мишени, обводки).

Игра в футбол по упрощенным правилам проводится малыми командами от 2 до 4 человек. Рекомендуемая длительность игры - два тайма по 3 минуты

Перед игрой детей знакомят с правилами игры в футбол.

На каждом этапе обучения необходимо осуществлять анализ выполнения детьми двигательных действий и установить основные ошибки. Определить, в какой фазе движений они происходят, использовать подводящие упражнения различными частями тела, таким образом, чтобы достичь согласования отдельных движений.