

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 92 комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 92
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 31.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНА:

заведующим
ГБДОУ детским садом № 92
Невского района Санкт-Петербурга
Приказ № 53 от 01.09.2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Школа мяча»»

Срок освоения программы: 1 год

Возраст обучающихся: 4-5 лет

Разработчик:

Попова Галина Петровна

педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург

2023

СОДЕРЖАНИЕ

№	Название раздела	Страницы
1.	Пояснительная записка	3
2.	Учебный план	5
3.	Календарный учебный график	6
4.	Рабочая программа:	7 – 10
4.1	Задачи	8
4.2	Ожидаемые результаты	8
4.3	Содержание образовательной работы	8
4.4	Календарно-тематический план	10
5.	Методические и оценочные материалы	11
6.	Список используемой литературы	11

Пояснительная записка.

Дополнительная общеразвивающая программа «Школа мяча» имеет **физкультурно-спортивную направленность**. Данная программа способствует физическому развитию детей. Программа направлена на улучшение физического развития, физической подготовленности детей, развитию ловкости, координации, глазомера, согласованности движений, воспитанию морально-волевых качеств

Адресат программы: обучающиеся с 4 до 5 лет.

Актуальность программы. Упражнения с мячом различного объема развивают крупные и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и костей, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник и способствуют выработке хорошей осанки. Развивают физические качества такие как быстрота, выносливость, ловкость, равновесие и гибкость. В организации свободной деятельности детей в условиях ДОО играм и упражнениям с мячом уделяется недостаточно времени, поэтому дети не владеют мячом (боятся его, не умеют закидывать в кольцо, отбивать и т.д.). Программа предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями детей дошкольного возраста, с учетом способностей и состояния здоровья детей.

Отличительной особенностью программы.

Выполнение физических упражнений включаются совместно двигательный, вестибулярный, зрительный, слуховой и тактильный анализаторы, что усиливает положительный эффект от занятий с мячом.

Уровень освоения программы: общекультурный.

Объем программы: 1 занятие в неделю, всего 32 занятия

Срок освоения программы: с октября 2023 по май 2024 год

Цель: Обогащение двигательного опыта детей посредством освоения движений с мячом и изучения доступных элементов техники наиболее популярных спортивных игр: пионербола, футбола, баскетбола.

Задачи программы:

Обучающие :

- Приобщать детей к здоровому образу жизни и систематическим занятиям физкультурой;
- Формировать интерес к командно-игровым элементам разных видов спорта;
- Содействовать формированию первоначальных умений выполнения движений с мячом, освоению элементов техники доступных видов спортивных игр (футбола, баскетбола, пионербола) и развитию двигательных способностей;
- Формировать представления об общих правилах, культуре и способах ведения соревновательной борьбы.

Развивающие :

- Развивать волевую, мотивационную и эмоциональную сферы, создавать условия для нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания детей;
 - Развивать умение ориентироваться на площадке, находить удобное место и маневры для ведения игры;
 - Развивать ловкость, выносливость, координацию движений, меткость.

Воспитательные:

- Воспитывать умение управлять своими эмоциями в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях;

- Воспитывать умение играть коллективно, оказывать помощь товарищам в сложных игровых ситуациях.

Планируемые результаты освоения программы.

Результат	Планируемые результаты
Предметные	Обучающийся: <ul style="list-style-type: none">- правила ведения счета в баскетболе, пионерболе и футболе;- отбивать (вести) мяч на месте двумя руками поочередно и одной рукой;- вести мяч в движении, продвигаясь между предметами, с поворотами, бегом;- вести и передавать мяч друг другу;- забрасывать мяч в баскетбольное кольцо;- перебрасывать мяч через сетку снизу, от груди, сверху;- бросать мяч в стенку и ловить его;- бросать мяч друг другу;- играть в «Пионербол» одним мячом.
Метапредметные	У обучающегося: <ul style="list-style-type: none">- развиты спортивные навыки- сформирован интерес к видам спорта.- быстроту, ловкость
Личностные	У обучающегося: <ul style="list-style-type: none">- сформировано ответственное отношение к командным видам спорта.- проявляется доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость- сформировано понимание значимости здорового образа жизни

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Язык реализации программы: русский

Форма обучения: очная

Особенности реализации программы: сетевая форма.

Особенности организации образовательного процесса: Занятия в малых группах дает возможность дифференцированного подхода к обучению каждого ученика с учетом его индивидуальных способностей

Условия набора в групп: особых требований к уровню знаний и навыков обучающихся не предъявляется. Желательно отсутствие медицинских противопоказаний для занятия физкультурно-спортивными упражнениями.

Условия формирования групп: одновозрастные, группы до 15 человек

Формы организации занятий: групповая

Формы проведения занятий: учебное занятие

Форма организации деятельности обучающихся: коллективная, групповая (работа в малых группах)

Материально-техническое обеспечение программы:

Для реализации программы «Школа мяча» в детском саду имеется спортивный зал, с нанесённой на полу разметкой. Оборудование соответствует требованиям программы.

1. Мячи:

- резиновые (малые, средние, большие)

- малые пластмассовые

- надувные
- массажные резиновые
- баскетбольные
- волейбольные
- 2. Фитболы
- 3. Мелкие предметы для развития кисти руки:
 - мячики для пинг-понга
 - шнурки
 - брусочки
 - цилиндры
- 4. Баскетбольные стойки
- 5. Напольные корзины
- 6. Шнур для натягивания
- 7. Волейбольная сетка
- 8. Футбольные ворота
- 9. Обручи
- 10. Кубики
- 11. Кегли
- Форма одежды: спортивная форма
- Технические средства обучения: мультимедийное оборудование, музыкальный центр, музыкальная переносная колонка, флешка;
- Информационное обеспечение: книги по видам спорта, игры и упражнениями для детей.

Учебный план (для детей 4-5 лет)

№	Название разделов	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	1 уч. час	5 мин.	15 мин.	наблюдение
2	Броски мяча. Подбрасывание мяча. Ведения мяча ногой (правой ,левой).	10 уч. часов	50 мин	2 часа 30 мин.	наблюдение, анализ упражнений
3	Перебрасывание мяча в парах. Перебрасывание мяча через сетку. Отбивание мяча .Бросание и ловля мяча.	10 уч. часов	50 мин.	2 часа 30 мин.	наблюдение, анализ упражнений
4	Забрасывание мяча в корзину. Ведения мяча рукой (правой ,левой)	5 уч. часов	25 мин	1 час 15 мин	наблюдение, анализ упражнений
5	Упражнения с мячами фитболами.	5 уч. часов	25 мин	1 час 15 мин	наблюдение, анализ упражнений
6	Итоговое занятие	1 уч. час	5 мин	15 мин	наблюдение, анализ упражнений
	Итого	32 уч. часа	2 часа 40 мин	8 часов	

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 92 комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДЕН:

Заведующим ГБДОУ детским садом № 92
Невского района Санкт-Петербурга
приказ № 53 от 01.09.2023г.

**Календарный учебный график
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Школа мяча»
на 2023-2024 учебный год**

Педагог Попова Галина Петровна

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2023г.	31.05.2024г.	32	32	32	1 раз в неделю 20 мин

Рабочая программа
к дополнительной общеразвивающей программе
«Танцы с лентами»
Год обучения 2023-2024 учебный год

Задачи программы:

Обучающие :

- Приобщать детей к здоровому образу жизни и систематическим занятиям физкультурой;
- Формировать интерес к командно-игровым элементам разных видов спорта;
- Содействовать формированию первоначальных умений выполнения движений с мячом, освоению элементов техники доступных видов спортивных игр (футбола, баскетбола, пионербола) и развитию двигательных способностей;
- Формировать представления об общих правилах, культуре и способах ведения соревновательной борьбы.

Развивающие :

- Развивать волевую, мотивационную и эмоциональную сферы, создавать условия для нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания детей;
 - Развивать умение ориентироваться на площадке, находить удобное место и маневры для ведения игры;
 - Развивать ловкость, выносливость, координацию движений, меткость.

Воспитательные:

- Воспитывать умение управлять своими эмоциями в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях;
- Воспитывать умение играть коллективно, оказывать помощь товарищам в сложных игровых ситуациях.

Ожидаемые результаты.

Предметные:

Обучающийся в конце изучения программы:

- бросать мячи (разного размера) на дальность и в цель;
- бросать мяч друг другу;
- играть в «Пионербол» «Баскетбол» одним мячом

Метапредметные:

У обучающегося к концу изучения программы:

- развиты спортивные навыки игры
- сформирован интерес к играм «Баскетбол», «Пионербол» и спортивным играм.

Личностные:

У обучающегося к концу изучения программы:

- сформировано ответственное отношение к командным играм.
- проявляется доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость
- сформировано понимание значимости здорового образа жизни.

Содержание образовательной программы.

Раздел:	Содержание:	
	Теория:	Практика:
Вводное занятие	Углубить представление детей о спортивных играх с мячом. Познакомить с историей возникновения мяча ,инструктаж.	Бег 10 метров с ходу (скорость бега, быстрота). 2. Ведение мяча по прямой (техника, скорость). 3. Подпрыгивание на одной ноге, подошвой катать мяч вперед, назад,

		в стороны.
Подбрасывание мяча	Продолжить учить бросать мяч вверх с хлопками. Упражнять в перебрасывании мяча.	«Прикати» (в парах), один ребенок катит мяч руками, второй останавливает ногой. «Кого назвали, тот ловит»
Броски мяча	Показ педагога с объяснением выполнения упражнения	Челночный бег 30 метров (ловкость). Броски мяча в вертикальную цель (глазомер). Строевые упражнения. Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях с мячом.
Отбивание мяча	Учить отбивать мяч одной рукой на месте. Учить останавливать мяч ногой. Упражнять в быстрой смене движений. Развивать ловкость	Перебрасывание мяча через сетку с подбиванием его подъемом ноги. Ведение мяча в парах с продвижением вперед, передавая мяч друг другу. «Зайца гонять» - бросить мяч о землю так, чтобы он ударился о стену и поймать с отскоком от стены.
Забрасывание мяча	Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. Закрепить умение подбрасывать и мягко ловить мяч	Ведение мяча «змейкой» между предметами Ведение мяча с броском в баскетбольную корзину. Отбивание от пола попеременно правой, левой рукой. Ведение с броском в корзину.
Командная игра	Воспитывать уверенность	: Игры: «Пионербол», «Баскетбол». По выбору детей.

Календарно-тематический план.

Наименование тем занятий	Количество часов		Дата занятий	
	теория	практика	план	факт
Вводное занятие. Понятие о видах	1	1	1неделя-октябрь	

спорта.				
Познакомить с историей возникновения мяча.	1	1	2неделя-октябрь	
Броски мяча вверх. Броски вертикальную цель.	1	1	3неделя-октябрь	
Перебрасывание мяча через сетку Подбрасывание мяча .	1	1	4неделя-октябрь	
Бросок мяча ногой в цель. Броски мяча в вертикальную цель.	1	1	1неделя-ноябрь	
Броски мяча вверх в кольцо.	1	1	2неделя-ноябрь	
Бросать мяч об пол и ловить его двумя руками	1	1	3неделя-ноябрь	
Бросать и мягко ловить мяч в парах .	1	1	4неделя-ноябрь	
Перекачивания мяча между стойками. Отбивания мяча.	1	1	1неделя-декабрь	
Перекачивания мяча в парах друг другу.	1	1	2неделя-декабрь	
Перебрасывать мяч друг другу, отбивая от пол.	1	1	3неделя-декабрь	
Броски мяча через сетку в парах.	1	1	4неделя-декабрь	
Отбивать мяч одной рукой на месте.	1	1	1неделя -январь	
Отбивать мяч в движении .	1	1	2неделя-январь	
Забрасывание мяча. Движения кисти руки при броске мяча в корзину.	1	1	3неделя-январь	
Перебрасывание мячей в парах различными способами.	1	1	4неделя-январь	
Ведения мяча в парах.	1	1	1неделя-февраль	
Броски в ворота мяча.	1	1	2неделя-февраль	
Отбивание мяча ногой.	1	1	3неделя-февраль	
Броски мяча в кольцо	1	1	4неделя-февраль	

двумя руками от груди.				
Перебрасывание мяча через сетку друг другу.	1	1	1неделя-март	
Перебрасывание мяча через сетку в парах.	1	1	2неделя-март	
Фитбол мячи.	1	1	3неделя-март	
Фитбол мячи. Прыжки. Упражнения.	1	1	4неделя-март	
Подбивание мяча подъемом ноги.	1	1	1неделя-апрель	
Бросать мяч в корзину правой и левой рукой.	1	1	2неделя-апрель	
Ловить мяч на уровне груди двумя руками.	1	1	3неделя-апрель	
Упражнения с мячом – фитболом.	1	1	4неделя-апрель	
Перебрасывание мяча через сетку, ловить двумя руками.	1	1	1неделя -май	
Ведения мяча в парах.	1	1	2неделя-май	
Отработка приемов игры в баскетбол. Ведение и бросок в корзину.	1	1	3неделя-май	
Диагностика детей в перебрасывание мяча .отбивание. в передаче.	1	1	4неделя-май	
Итого:	32			

Методические и оценочные материалы.

Методические материалы.

При реализации программы проводится оценка индивидуального развития детей.

Формы оценки освоения программы:

- наблюдение в процессе занятий
- анализ усвоения материала каждым ребенком

Таблица результатов педагогических наблюдений Педагогическая диагностика сформированности начальных представлений о некоторых видах спорта

Оценка производится по трехбалльной шкале, где:

1 балл - ребёнок не может ответить на вопросы, касающиеся здорового образа жизни; не проявляет активности при выполнении физических упражнений, игр. Ребёнок не проявляет интерес к занятиям по физической культуре.

2 балла – у ребёнка частично сформированы навыки основ безопасности жизнедеятельности, ребёнок проявляет интерес к подвижным и эстафетным играм, но плохо отвечает на вопросы.

3 балла – ребёнок проявляет интерес к занятиям по физической культуре, грамотно отвечает на поставленные вопросы, может самостоятельно выполнять комплексы дыхательных упражнений, понимает их необходимость для своего здоровья.

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Двигательная деятельность			Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта	Итоговый показатель по каждому
		Координация и гибкость		Развитие крупной и мелкой моторики обеих рук		
		1. Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч	2. Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь на других детей	3. Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы, ударять мячом о пол, бросать вверх 2-3 раза подряд и ловить	4. Проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, баскетбол, настольный теннис, футбол). Знает названия видов спорта (3-4)	5. Знает некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Критерии:

2 балла - усвоено полностью

1 балл - усвоено частично

0 баллов - не усвоено

Высокий уровень усвоения программы – от 10 до 15 баллов

Средний уровень усвоения программы - от 6 до 10 баллов

Низкий уровень усвоения программы – меньше 6 баллов

Список используемой литературы.

1. «Играйте на здоровье!» Л.Н.Волошиной М.: Москва 2019 «Аркти»
2. «Школа мяча» Николаева Н.И. СП. «Детство - Пресс» 2018 г.
3. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» Адашквичене Э.Й.;
- 4.«Физическая культура в детском саду» Осокина Т.И М.: Просвещение 2017г;
- 5.Сборник игр к «Программе воспитания в детском саду» составитель Батурина.
- 6.«Методика обучения и овладения элементами игры в пионербол с детьми дошкольного возраста» И.А. Аксенова; Москва 2015г.
- 7.Учебно-методическое пособие, С. Е. Голомидова . Игровая деятельность с мячами. Младшего школьного возраста. – Волгоград: ИТД «Корифей»»2019г.

