

КОМИТЕТ ПО УПРАВЛЕНИЮ ОБРАЗОВАНИЕМ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА «ГОРОД КРАСНОКАМЕНСК И
КРАСНОКАМЕНСКИЙ РАЙОН» ЗАБАЙКАЛЬСКОГО КРАЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 13 «СКАЗКА»

ПРИНЯТО:

на заседании
Методического совета
МАДОУ детский сад № 13
«Сказка»
протокол № 4
от 20 » 08 2018 г.

УТВЕРЖДЕНО:



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Азбука мяча»: по освоению старшими дошкольниками элементов спортивных игр с мячом (футбол, баскетбол)

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год (64ч.)
(общее количество часов)

Возрастная категория: 5 - 7 лет

Вид программы: модифицированная

Автор-составитель:
Ермолаева В.В.
инструктор по
физической культуре

г. Краснокаменск, 2018

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

1.1. Пояснительная записка.....	4
1.1.1. Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность.....	3
1.1.2. Направленность.....	5
1.1.3. Отличительные особенности.....	5
1.1.4. Адресат программы.....	6
1.1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации	7
1.1.6. Формы проведения занятий.....	7
1.1.7. Особенности организации образовательного процесса	7
1.1.8. Цель и задачи программы	8
1.2. Содержание программы.....	8
1.2.1. Учебный план.....	8
1.2.2. Содержание учебно-тематического плана работы	9
1.2.3. Содержание учебно-методического материала к разделу: «Подготовительные упражнения и игры к баскетболу».....	10
1.2.4. Содержание учебно-методического материала к разделу: «Подготовительные упражнения и игры к футболу».....	13
1.3. Планируемые результаты.....	15
1.3.1. Предметные результаты	15
1.3.2. Личностные результаты.....	16
1.3.3. Метапредметные результаты.....	16

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график программы.....	18
2.2. Условия реализации программы.....	18
2.2.1 Материально-техническое оснащение.....	18
2.2.2. Перечень оборудования, инструментов и материалов необходимых для реализации программы (в расчете на количество обучающихся)	19
2.2.3. Информационное обеспечение.....	20
2.3. Кадровое обеспечение.....	20
2.4. Формы контроля	20
2.5. Оценочные материалы	21
2.6. Методические материалы	21
2.6.1. Общедидактические принципы.....	25
2.6.2. Группы методов для реализации содержания программы.....	26

2.6.3. Технологии освоения содержания образовательного процесса программы.....	26
2.6.4.Формы организации занятий.....	27
2.6.5. Способы организации детей на занятии.....	27
2.6.6. Этапы освоения двигательных действий, и их задачи.....	28
2.6.7. Методика обучения детей двигательным действиям с мячом.....	29
2.7. Рабочие программы (модули) курсов, дисциплин.....	30
2.8. Список литературы.....	31

Раздел № 3 Приложения

3.1. Методика обучения элементам спортивной игры баскетбол.....	33
3.2. Методика обучения элементам спортивной игры футбол	38
3.3. Подвижные игры и игровые упражнения с элементами спортивной игры баскетбол	49
3.4. Подвижные игры и игровые упражнения с элементами спортивной игры Футбол.....	53
3.5. Малоподвижные игры с элементами спортивной игры баскетбол.....	57
3.6. Малоподвижные игры с элементами спортивной игры футбол.....	58

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

1.1 Пояснительная записка

Физическое воспитание играет главную роль во всестороннем развитии современного дошкольника. Дошкольный возраст – это период, в котором закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств, формирования основ здорового образа жизни.

1.1.1 Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность:

Актуальность: В детском организме заложены большие возможности для тренировок. А это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания ДОО. Ведь освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом. Вместе с тем детям дошкольного возраста не рекомендуется заниматься спортом в прямом смысле этого слова, т.е. осуществлять подготовку и участие детей в спортивных соревнованиях с целью достижения высоких результатов. Но отдельные элементы действия в спортивных играх и упражнениях, элементы соревнования не только возможны, но и целесообразны.

Баскетбол и футбол – спортивные, командные игры с мячом. Динамичность, эмоциональность, разнообразие действий в различных ситуациях в этих играх привлекают детей старшего дошкольного возраста, формируя интерес и увлечённость ими. Содержание программы по обучению детей спортивным играм футбол и баскетбол представляет синтез методики спортивной школы, адаптированный к условиям ДОО и возрастным особенностям детей-дошкольников.

Эти обстоятельства стали основополагающими при создании дополнительной общеобразовательной программы «Азбука мяча».

Новизна: В программе разработана стройная система поэтапного обучения и контроля, в результате которой дети получают расширенное представление о спортивных играх футбол и баскетбол. Посредством разнообразных игр, игровых упражнений, заданий, эстафет дошкольники обучаются азам спортивных игр в условиях дошкольного учреждения. Дети овладевают основными навыками игры, осваивают счет, а по окончании обучения могут не только самостоятельно играть в эти спортивные игры, но и реализовать объективное судейство, также в ходе обучения у учащихся формируется чувство необходимости в регулярных занятиях спортом.

В дальнейшем дети, посещающие кружок «Азбука мяча» могут совершенствовать свои двигательные навыки и продолжать обучаться спортивным играм с мячом в ДЮСШ № 4 г. Краснокаменска.

Педагогическая целесообразность: Программа предусматривает использование спортивных игр и упражнений с мячом в комплексе с другими физкультурно-оздоровительными мероприятиями, ориентирована на формирование самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своем здоровье. Научить детей элементам спортивных игр с мячом, развить их двигательные способности и спортивные наклонности - не самоцель программы. Одной из основных ее задач является развитие гармонично развитого ребенка, способного управлять собственным поведением, а так же формирование положительных взаимоотношений и благополучной эмоциональной атмосферы в детском мини-коллективе, коим и является дети посещающие кружок «Азбука мяча».

В программе учтены физические возможности и возрастные особенности мышления, внимания, памяти, восприятия и воображения детей старшего дошкольного возраста, а так же специфика работы и материально-техническое оснащение МАДОУ № 13 «Сказка».

Планирование занятий в игровой форме, в основе которой лежит партнерская позиция взрослого, личностно-ориентированное отношение к ребенку и непринужденная форма организации физкультурно-оздоровительной деятельности. Игровые приемы обеспечивают динамичность процесса обучения, максимально удовлетворяют потребности ребенка в двигательной активности. Так формируются осознанный интерес и мотивация к занятиям не только спортивными играми, но и физкультурой в целом. Индивидуальный подход позволяет даже в рамках групповой формы занятий раскрыть весь потенциал ребенка и его возможности.

1.1.2 Направленность:

Данная программа имеет **физкультурно-спортивную направленность**, так как ее основными целями и задачами является - укрепление здоровья, улучшение общей физической подготовленности детей, сохранение и развитие природных задатков, а также развитие двигательных способностей в выполнении широкого спектра технических и тактических навыков владения мячом.

1.1.3 Отличительные особенности:

Методика начального обучения командным спортивным играм детей школьного возраста разработана и отражена в работах Н.И. Преображенского, Т.А. Зельдович, С.А. Керaminaса, Ю.Ф. Буйлина и Ю.И. Портных и др. однако, содержание и методика

обучения элементам спортивных игр с мячом футбол и баскетбол детей дошкольного возраста специально не разрабатывались. Тем не менее, авторы методических пособий по физическому воспитанию подчеркивают целесообразность использования элементов спортивных игр с мячом в качестве одного из средств физического воспитания старших дошкольников. Так, основоположники русской, советской дошкольной педагогики А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева, Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева и др. рекомендуют применять эти игры или включать их элементы в подвижные игры.

В используемой в МАДОУ № 13 «Сказка» Примерной образовательной программы дошкольного образования «Детство», под редакцией Бабаевой Т.И., Гогоберидзе А.Г., Михайловой, недостаточно уделено внимание разработке методики и технологии по обучению игровым видам спорта, дети не получают в полной мере представление о спортивных играх, и способах реализации своих потенциальных, разнообразных, двигательных возможностей и развития своих спортивных предпочтений.

Эти обстоятельства учтены при разработке дополнительной общеобразовательной программы «Азбука мяча», в ней детально проработана методика обучения элементам спортивных игр. В своей основе она не меняет образовательных стандартов, направлена на гармоническое физическое развитие ребенка, через приобщение к спортивным играм и упражнениям с учетом состояния здоровья, уровня физической подготовленности и развития, а так же возрастных и индивидуальных особенностей ребенка.

1.1.4. Адресат программы: Программа предназначена для мальчиков 5-7 лет, не имеющих специальной физической подготовки и особых физических данных и не имеющих противопоказаний по состоянию здоровья.

Старший дошкольный возраст наиболее благоприятен для формирования у детей практически всех физических качеств и координационных способностей, реализуемых в двигательной активности. Именно в этом возрасте ребенок обладает отличной мышечной памятью. Он схватывает на лету самую суть движений, способен копировать показанные ему упражнения. В двигательной деятельности у детей складываются более сложные формы общения со взрослыми и между сверстниками. У некоторых появляется желание помочь другому, научить его. При этом существенное значение имеет направленность на достижение коллективного результата движения, игры. Однако в этом возрасте нередко поведение детей обуславливают возникающие мотивы соперничества, соревнования. Дети начинают упражняться по своей инициативе,

множественно повторять их без напоминания педагога, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности.

В этом возрасте определяются полоролевые интересы и предпочтения мальчиков и девочек. В общении со сверстниками преобладают однополюе контакты. Старшие дошкольники активно приобщаются к нормам здорового образа жизни, имеют представления об организме и его потребностях, способах предупреждения травматизма, закаливания. Повышается общая осведомленность детей о здоровьесберегающем поведении.

1.1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации:

Уровень программы ознакомительный, продолжительность обучения 1 год.

1.1.6. Формы проведения занятий:

Групповая форма с ярко выраженным индивидуальным подходом к детям, которые значительно труднее овладевают различными действиями с мячом, по сравнению со сверстниками, либо эти трудности связаны с особенностями психотипа личности ребенка (заторможенность, гиперреактивность и т.д.). Численный состав постоянный, количество детей 12 - 15 человек.

1.1.7. Режим занятий:

Периодичность и продолжительность занятий 30 минут, 2 раза в неделю, во вторую половину дня.

Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год
Количество занятий		
2	8	64
Количество часов (астрономических)		
1	4	32

1.1.8. Особенности организации образовательного процесса соответствует с индивидуальным учебным планом в сформированной разновозрастной группе обучающихся (от 5 до 7 лет), являющиеся основным постоянным составом объединения кружка.

Виды занятий определяются содержанием программы, и могут предусматривать: тематические занятия, выполнение самостоятельной работы, соревнования, товарищеские встречи, контрольные (сдача контрольных нормативов), викторины (знание названий атрибутов спортивных игр футбол, баскетбол; практических и технических элементов игр с мячом: отбор, ведение, передача, ловля, удар и т.д.), лекции (о возникновении мяча; о различных видах спорта с использованием мяча; о разновидностях мячей (футбольный, баскетбольный, теннисный, волейбольный,

хоккейный и т. д.), о материалах из которых они изготовлены (резина, кожа, пластмасса, каучук и т.).

1.1.9. Цель и задачи программы:

Цель программы «Азбука мяча»:

Создание активной мотивирующей образовательной среды для формирования познавательного интереса в области физической культуры и спорта и обеспечения и обеспечение им овладения элементарной компетентной грамотности, что позволит ребенку сделать в дальнейшем осознанный выбор в направлении своего дополнительного образования.

Задачи программы «Азбука мяча»:

- развивать двигательную активность, через обучение старших дошкольников элементам спортивных игр и упражнений с мячом;
- формировать устойчивый интерес к спортивным играм с мячом (футбол, баскетбол), физическим упражнениям, желания их использовать в самостоятельной двигательной деятельности;
- обогащать двигательный опыт дошкольников новыми двигательными действиями, обучать правильной технике выполнения элементов спортивных игр и мячом;
- воспитывать положительные черты характера и морально-волевые качества;
- формировать привычку здорового образа жизни;
- улучшать физическую подготовленность.

1.2. Содержание программы:

1.2.1. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов (академических)			Формы контроля
		всего	теория	практика	
Октябрь Ноябрь Декабрь Январь					
1	Подготовительные упражнения и игры к спортивной игре баскетбол	32	3	29	Тестовые задания; Беседы; Наблюдения; Контрольные занятия
Февраль Март Апрель Май					
2	Подготовительные упражнения и игры к спортивной игре футбол	32	3	29	Тестовые задания; Беседы; Наблюдения; Контрольные занятия

1.2.2. Содержание учебно-тематического плана работы

(октябрь, ноябрь, декабрь, январь)

(подготовительные упражнения и игры к баскетболу)

Обозначения:

О – ознакомление; Р – разучивание; З – закрепление; С - совершенствование

№ п/п	Содержание учебного материала	Количество занятий рекомендованных для обучения			
		О	Р	З	С
1.	Теоретические сведения	В ходе занятий			
1.1	История возникновения и развития баскетбола.				
1.2	Оборудование, инвентарь, форма учащихся,				
1.3	правила поведения, предупреждение				
2.4	травматизма.				
2.	Правила игры в баскетбол.				
	Умения и навыки	1			
2.1	Перемещения:	1			
2.2	- ходьба		1	1	1
	- бег (по прямой, рывком, спиной, с	1	1	2	2
2.3	изменением направления)	1			
2.4	- прыжки (толчком двумя ногами, одной)		1	2	2
3.	- остановка прыжком	1	1	3	2
3.1	Ловля:	1			
3.2	- двумя руками.		1	3	2
4.	- одной рукой	1	1	3	2
4.1	Передача мяча:	1			
4.2	- двумя руками от груди	1	2	3	2
4.3	- двумя руками сверху	1	2	3	2
4.4	- одной рукой от плеча	1	2	4	1
4.5	- с отскоком от пола		1	2	2
5.	- передачи в движении	1	2	3	2
5.1	Ведение мяча:	1			
5.2	- с высоким и низким отскоком	1	1	3	4
5.3	- с изменением скорости		1	3	4
6.	- с изменением направления	1	1	3	2
6.1	Броски:	1			
6.2	- двумя руками от груди на месте	1	3	2	2
6.3	- двумя руками от груди в движении	1	3	2	2
6.4	- двумя руками сверху	1	2	2	1
6.5	- одной рукой от плеча		3	3	2
7.	- двумя руками от груди с ударом об пол	1	2	2	2
7.1	Стойки:	1	1	1	1
7.2	- с выставлением вперед ноги		1	2	2
8.	- со ступнями на одной линии				
9.	Развитие двигательных способностей				
10.	Подвижные игры и эстафеты				
	Контрольные занятия				

(февраль, март, апрель, май)

(подготовительные упражнения и игры к футболу)

№ п/п	Содержание учебного материала	Количество занятий рекомендованных для обучения			
		О	Р	З	С
1.	Теоретические сведения	В ходе занятий			
1.1	История возникновения и развития футбола				
1.2	Сведения о строении и функциях организма				
1.3	Закаливание. Спортивный массаж				
1.4.	Правила игры в футбол				
2.	Развитие двигательных способностей				
2.1	Строевые упражнения				
2.2	ОРУ без предметов				
2.3	ОРУ с предметами				
3	Умения и навыки				
3.2.	Техника передвижения:				
3.3	- бег	1	1	1	1
3.4	- прыжки	1	1	1	1
3.5	- повороты	1	1	1	1
3.6	- остановки	1	1	1	1
4	Удары по мячу ногой				
	Удары по неподвижному и катящемуся мячу:				
4.1	- серединой подъема				
4.2	- внутренней стороной стопы	1	2	3	3
4.3	- носком	1	2	3	3
5.	Остановка мяча:	1	2	2	1
5.1	- подошвой				
5.2	- внутренней стороной стопы	1	1	1	1
6.	Ведение мяча:	1	2	2	2
6.1	- внутренней стороной стопы				
7.	Отбор мяча	1	3	3	3
8.	Приемы игры вратаря:	1	2	2	2
8.1	- ловля мяча	1	1	1	1
8.2	- отбивание мяча	1	1	1	1
9.	Подвижные игры и эстафеты				
10	Контрольное занятие				

1.2.3. Содержание учебно-методического материала к разделу:

«Подготовительные упражнения и игры к баскетболу»

1. Теоретические сведения

Тема 1.1. История возникновения и развития баскетбола.

Исторический очерк о появлении игр. История возникновения мяча и игр с мячом. Различные виды спорта с использованием мяча. Почему игра с мячом называется так или иначе. Достижения и успехи России в данном виде спорта.

Тема 1.2. Оборудование, инвентарь, форма учащихся, правила поведения.

Разновидности мячей (футбольный, баскетбольный, теннисный и т.д.) и зачем нужен мяч человеку. Материалы из которых изготовлены мячи (резина, кожа, пластмасса, каучук и

т.д.). Коллективные действия в команде, организация взаимопомощи в обучении. Правила поведения учащихся.

Тема 1.3. Предупреждение травматизма

Значение разминки для профилактики травматизма. Требования к соблюдению дисциплины. Правила обращения с мячом. Оказание первой помощи при ушибах, травмах.

Тема 1.4. Правила игры в баскетбол для дошкольников.

Цель игры. Участники игры. Судейство. Время игры. Счет игры. Правила проведения игры. Правила поведения игроков на площадке.

2. Умения и навыки

Тема 2.1. Перемещения

а) Ходьба (шаги) как способ смены позиций в период коротких пауз, снижение интенсивности игровых действий (перемещение на слегка согнутых ногах). Рекомендуемые упражнения: разновидности ходьбы на носках, на пятках, внутренней и внешней стороне стопы, носками внутрь и наружу, спиной вперед;

б) бег как один из способов перемещения по площадке. Разновидности бега (лицом вперед, приставными шагами, спиной вперед, рывком с изменением направления).

в) прыжки. Прыжки с места, в движении, с толчком одной и двумя ногами. Отталкивание. Согласованность работы рук и ног. Приземление.

г) повороты вперед и назад. Исходное положение. Перемещение общего центра тяжести относительно опоры. Постановка опорной ноги.

д) остановка прыжком. Постановка ног. Замах рук. Отталкивание в разных направлениях.

Тема 2.2. Ловля (двумя или одной рукой)

Ловля как способ уверенного овладения мячом и выполнения с ним дальнейших действий. Ловля мяча одной и двумя руками: летящего по воздуху с отскоком от пола, катящегося. Исходное положение: положение рук при различном способе ловли; амортизационные движения рук.

Тема 2.3. Передачи

а) передача двумя руками. Выполняется на близкое или среднее расстояние в сравнительно простой обстановке. Исходное положение (локти вдоль туловища); положение пальцев на мяче; заключительное усилие кистью.

б) передача двумя руками сверху. Выполняется на среднее расстояние. Исходное положение. Держание мяча. Заключительное усилие кисти.

в) одной рукой от плеча. Применяется на средние и близкие расстояния. Исходное положение: держание мяча, положение локтей вдоль туловища, согласованность движений рук и ног; заключительное движение кисти.

г) передачи с отскоком от пола. Применяются на близкие расстояния и эффективны при быстром прорыве.

Тема 2.4. Ведение

Ведение как способ перемещения игрока с мячом по площадке. Разновидности ведения: с изменением высоты отскока, направления, скорости.

а) С высоким отскоком. Применяется для перемещения игрока по площадке без опеки игрока. Расположение кисти на мяче. Сопровождение и своевременная встреча мяча. Расположение мяча по отношению к туловищу.

б) ведение с низким отскоком. Применяется для прохода мимо защитника без отклонения в сторону. Положение туловища. Работа кисти и ног. Сопровождение мяча рукой.

в) ведение с изменением направления и скорости. Используется для обводки противника и проходов. Расположение кисти на мяче. Выпрямленные руки в нужном направлении. Положение туловища. Укрывание мяча.

Тема 2.5. Броски

а) Двумя руками от груди. Используются для атаки с дальнего расстояния. Держание мяча. Постановка ног. Согласованность движений рук и ног. Финальное усилие кистью.

б) двумя руками сверху. Применение (при атаке кольца со средних и дальних дистанций). Вынос мяча. Положение туловища. Согласованная работа рук и ног.

в) одной рукой от плеча. Применение (при атаке с места со средней дистанции); постановка ног; держание мяча. Согласованность движений рук и ног. Движение кистью (конечная фаза броска).

Тема 2.6. Стойки

а) С выставленной вперед ногой. Применяется при движении игрока с мячом, когда необходимо бросить мяч по кольцу или пройти по щит.

б) со ступнями на одной линии. Применяется при опеке нападающего. Постановка ног. Расположение игрока. Равномерное распределение тяжести тела. Положение в игре.

3. Развитие двигательных способностей

Упражнения для развития собственно силовых способностей: стоя, лицом к стене на расстоянии 0,5-0,7м сгибать и разгибать руки в упоре на пальцах, толчком от стены; выталкивание из круга: спиной, боком, грудью (без помощи рук).

Упражнения для развития скоростно-силовых способностей: из упора руками о пол, переставляя их, принять упор лежа и вернуться в исходное положение; упор руками сзади о скамейку, ноги прямые - сгибание и разгибание рук; одиночные или серийные прыжки с доставанием предметов одной или двумя руками. Ходьба на руках, ноги держит стоящий сзади партнер; прыжки со скакалкой; передачи с набивными мячами.

Скоростные способности развиваются через формы проявления быстроты (частоту движений, упражнений для развития быстроты: по зрительному сигналу рывки с места с постоянным изменением длины отрезка и исходных положений: стойка баскетболиста лицом, боком и спиной к стартовой линии, то же, но с перемещением приставными шагами).

Наиболее эффективными средствами развития выносливости в динамическом режиме, являются разновидности бега: длительный бег, кроссы. Во время бега полезно двигаться спиной, приставным шагом, с жонглированием мячом, вращением вокруг туловища, передавая друг другу мяч в парах, и т.д.

Упражнения для выполнения работы определенной интенсивности в течение как можно большего времени: ходьба на руках в упоре лежа на 360 градусов в правую и левую стороны; ходьба на руках - "тачка"; прыгая на одной ноге, руки за спиной, вытолкать партнера из нарисованного круга; "Бой петухов"; прыжки через скакалку.

Для развития координационных способностей рекомендуется использовать следующие упражнения: прыжок вверх ноги врозь руки вверх, ноги вместе руки вниз, ноги скрестно (левая над правой) руки вверх, ноги скрестно -двигаться как можно быстрее; лежа на спине, колени согнуты у подбородка, по сигналу встать без помощи рук; ходьба по бруску, высотой 10 см от пола; прыжки на дальность с высокого постамент; пролезания между ног партнера туда и обратно.

1.2.4.Содержание учебно-методического материала к разделу:

«Подготовительные упражнения и игры к футболу»

1.Теоретические сведения.

1.1. История возникновения и развития футбола.

Исторический очерк о развитии спортивных игр. История возникновения футбола. Достижения и успехи России в данном виде спорта.

1.2 Теоретические сведения о строении и функциях организма.

Скелет - наша опора. Осанка – стройная спина! Мышцы, кости, суставы. Влияние физических упражнений на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы, органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных физических упражнений, укрепление здоровья занимающихся.

1.3. Гигиенические знания и навыки.

«Рабочие инструменты» человека. Забота о коже. Зачем человеку нужна кожа? Как закаляться. Обтирание, обливание. Спортивный массаж. Общее понятие. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание).

1.4 Правила игры в футбол для дошкольников.

Цель игры. Участники игры. Судейство. Время игры. Счет игры. Правила проведения игры. Правила поведения игроков на площадке.

2. Развитие двигательных способностей

2.1. Строевые упражнения.

Команды для управления строем. Понятие о строе, шеренге, колонне, интервале, дистанции, направляющем, замыкающем. Повороты на месте, переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения.

2.2. ОРУ без предметов

Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания, разгибания, вращения, махи, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения, повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища: Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях – наклоны, повороты, вращения туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

2.3 ОРУ с предметами.

Упражнения с набивными мячами – поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, броски, ловля мяча. Упражнения с малыми мячами – броски. Ловля мячей после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену.

3. Умения и навыки

3.1. Техника передвижения:

Бег обычный, спиной вперед, приставным шагом. Бег по прямой, по дугам, с изменением направления и скорости.

Прыжки: вверх, вверх - вперед, вверх - вправо, вверх - влево, толчком двумя ногами с места и с разбега.

Повороты: переступанием, на опорной ноге, в стороны и назад, на месте, в движении.

Остановки во время бега прыжком.

3.2. Удары по мячу ногой

3.3. Удары по неподвижному мячу:

Удары внутренней стороной стопы, серединой подъема, носком по неподвижному и катящемуся мячу.

Выполнение ударов после остановки, рывков, посылая мяч низом и верхом на среднее расстояние.

Удары на точность: в определенную цель, по предметам, в ворота.

4. Остановка мяча:

Остановка подошвой и внутренней стороной катящегося мяча – на месте, в движении.

5. Ведение мяча:

Ведение внутренней стороной стопы правой и левой ногой поочередно, по прямой, по кругу, а также меняя направление движения., между стоек, не теряя контроль за мячом.

6. Отбор мяча

Отбор мяча в единоборстве с соперником находящимся на месте, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.

7. Приемы игры вратаря

Основная стойка вратаря. Ловля летящего навстречу на высоте груди и живота без прыжка.

Отбивание мяча двумя руками без прыжка с места и с разбега.

1.3. Планируемые результаты:

Ожидаемый результат: потребность в систематических занятиях футболом, баскетболом, повышение уровня общей физической подготовленности, знание технических и тактических приемов спортивных игр футбол, баскетбол.

1.3.1. Предметные результаты:

Дети знают, понимают: правила безопасности во время занятий физкультурой и спортом; название гимнастического оборудования, инвентаря; значение гимнастических упражнений для развития гибкости, координации.

У детей сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности, а так же устойчивые умения и навыки. Дети умеют:

- выполнять правильно все виды ходьбы и бега, пользоваться ими в зависимости от условий;
 - выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко, ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;
 - сохранять правильную осанку;
 - уметь передавать, ловить, вести и бросать мяч в корзину, сочетать эти действия между собой, а также с другими действиями с мячом и без мяча;
 - выполнять удары по мячу, приемы, ведение, отбор, вбрасывание мяча (удобным для них способом);
 - слушать сигнал тренера;
 - бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния -5 м.
- метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.

1.3.2. Личностные результаты:

У ребенка сформировано осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению; готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания. Он способен принять общую цель и условия, старается действовать согласованно, выражает живой интерес к общему результату. Владеет конструктивными способами взаимодействия с детьми и взрослыми. Способен изменять стиль общения со взрослым или сверстником в зависимости от ситуации, а так же управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений. Соблюдает элементарные общепринятые нормы и правила поведения. В поведении наблюдаются элементы волевых проявлений; - чутко реагирует на оценку своих действий. Умеет играть коллективно, подчиняя собственные желания интересам коллектива, Оказывает помощь товарищам.

1.3.3. Метапредметные результаты:

У ребенка сформировано умение самостоятельно ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения познавательных задач. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных

условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Умение оценивать правильность выполнения поставленной задачи, собственные возможности ее решения. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности. Умение самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, делать выводы. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения познавательных задач. Умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей.

Способы проверки планируемого результата

Критерии	Показатели	Методы
1. Потребность в познании	1.1.Знания названий атрибутов футбола, баскетбола; технических и тактических элементов и умение их показывать.	1. Информирование, беседа, игра, лекция, просмотр и анализ видеоматериалов, тестирование знаний.
	1.2. Знание технических и тактических элементов футбола, баскетбола.	
	1.3.Знание технико-тактических комбинаций.	
2. Потребность заниматься	2.1.Посещаемость занятий 2.2.Активность на занятиях	2. Анализ журнала посещаемости, мотивация, игровой метод, метод одобрения и поощрения.
3. Самостоятельность и коммуникабельность, гуманное отношение со сверстниками	3.1.Умение самостоятельно организовать игровую деятельность 3.2. Активное участие в дошкольных мероприятиях связанных с физическим развитием 3.3.Умение исправить ошибки в технико-тактических элементах у себя и у своих сверстников	3.Игровой метод, мотивация, личный пример, метод анализа, метод одобрения.
4. Опыт соревновательной деятельности	4.1.Участие в товарищеских встречах, соревнованиях. 4.2. Участие в сдаче контрольных нормативов	4.Оценка, испытания, контроль.

5. Опыт ЗОЖ	5.1.Потребность в самостоятельных дополнительных занятиях 5.2.Самообслуживание, гигиена	5.Мотивация, наблюдение, прогноз, метод одобрения, личный пример.
-------------	--	---

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график программы

п/п	Дата	Тема	Количество занятий	Время проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	с 01.10.2017 по 31.01.2018	Подготовительные упражнения и игры к спортивной игре баскетбол	32	Понедельник четверг 15.00-15.30	Групповая	Физ-й зал в зимнем саду	Тестовые задания; Беседы; Наблюдения; Контрольные занятия
2.	с 01.02.2018 по 31.05.2018	Подготовительные упражнения и игры к спортивной игре футбол	32	Понедельник четверг 15.00-15.30	Групповая	Физ-й зал в зимнем саду	Тестовые задания; Беседы; Наблюдения; Контрольные занятия

2.2.Условия реализации программы:

2.2.1. Материально-техническое обеспечение:

Для реализации дополнительной программы необходимы соответствующие условия. Основное количество занятий проводится на спортивной площадке в зимнем саду, непосредственно в помещении детского сада. В мае месяце, если позволяют погодные условия, дети занимаются на прогулочной спортивной площадке, на свежем воздухе. Это участок с твердым покрытием, что позволяет заниматься на нем после дождя. Он оснащен необходимым оборудованием: гимнастической стенкой, лестницами для перешагивания, ямой для прыжков, дугами, коррекционной дорожкой «Здоровья», многофункциональной стенкой для метания, лазания и т.д. Для обучения элементам спортивных игр организованы: волейбольная и баскетбольная площадки со стойками для натяжения сетки, баскетбольные щиты с корзинами для метания, футбольные ворота.

Зимний сад - это просторное помещение, которое соответствует всем санитарно-гигиеническим требованиям. Воздух здесь всегда чистый и свежий благодаря большому количеству различных растений. В помещении достаточно света, за счет электрического (светодиодные лампы) и естественного освещения (огромные витражные окна).

Высокие потолки позволяют детям не ограничивать свои возможности, в различных действиях с мячом.

В зимнем саду достаточно пространства, для удобного и доступного размещения физкультурного оборудования. Оно представлено как статическим комплексом: гимнастическая стенка, с баскетбольными щитами, рукоход, турники, так и переносным материалом: различные гимнастические скамейки, лестницы, стойки для метания, маты, горки, лестницы-стремянки, гимнастические доски разной конфигурации и т. д.

Есть мягкие модули - трансформеры. Достаточное количество раздаточного материала: мячи различного цвета и размера; мячи для спортивных игр: футбольные, баскетбольные, волейбольные; мячи-фитболы; мячи - массажеры; гимнастические палки, обручи, скакалки, колечки, флажки, эспандеры, ленты и т. д. Для проведения подвижных сюжетных игр - шапочки.

2.2.2. Перечень оборудования, инструментов и материалов необходимых для реализации программы (в расчете на количество обучающихся):

№	Наименование	Количество
1.	Мячи резиновые (20-25см.)	20
2.	Мячи резиновые надувные	15
3.	Мячи волейбольные	15
4.	Мячи баскетбольные	15
5.	Мячи резиновые, шипованные (10-12см.)	20
6.	Гимнастические палки (100см.)	25
7.	Скакалки резиновые	28
8.	Малые кольца	25
9.	Обручи металлические (диаметр 75см)	15
10.	Разноцветные флажки	40
11.	Ленты цветные на палочках (50-60см.)	30
12.	Ленты цветные на колечках	66
13.	Ленты на петлях	30
14.	Кегли	40
15.	Гантели	50
16.	Гири	50
17.	Кубики деревянные (4х4см.)	40
18.	Мешочки с песком (150-200гр.)	25
19.	Шапочки для подвижных игр	20

2.2.3. Информационное обеспечение:

1. Музыкальный центр;
2. Мультимедийная система;
3. Подборка CD и ауди материала;
4. Картотека фонограмм и видеоматериалов (история возникновения спорта, олимпийское движение и т.д.);

5. Ноутбук;
6. Музыкальная колонка;
7. Фото и иллюстрационный материал: виды спорта - зимние, летние, олимпийские; изображение правильной техники выполнения основных видов движений и т.д.).
8. Карточки – пиктограммы «Основные движения с мячом»: карточки с изображением пошаговой техники выполнения различных движений с мячом, сложных для детского восприятия.
9. Карточки-ориентиры: карточки для развития у детей ориентировочных представлений со схематичным изображением различных строевых упражнений: передвижений, перестроений, перемещений по территории всего пространства физкультурного зала.
10. Интернет источники.

2.3. Кадровое обеспечение

Реализует дополнительную программу «Азбука мяча» инструктор по физической культуре Ермолаева В.В. Образование: высшее – г. Чита Забайкальский государственный педагогический университет им. Чернышевского. Преподаватель дошкольной педагогики и психологии по специальности «Дошкольная педагогика и психология» 2005г. Высшая квалификационная категория 2014г. Стаж педагогической работы – 24 года, стаж работы в должности инструктора по физической культуре – 21 год.

2.4. Формы контроля

Оценка образовательных результатов обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе носит вариативный характер. Инструменты оценки достижений детей способствуют росту их самооценки и познавательных интересов в общем и дополнительном образовании, а также позволяют диагностировать мотивацию достижений их личности.

Оценка (промежуточная и итоговая) проводится в форме, определенной учебным планом как составной частью образовательной программы, и в порядке, установленном локальным нормативным актом организации дополнительного образования.

Обучающимся, успешно освоившим дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу выдаются почетные грамоты, которые утверждены администрацией дошкольного учреждения и руководителем кружка «Азбука мяча».

Отслеживаются и фиксируются образовательные **результаты** в различных форматах:

- аналитическая справка,

- журнал посещаемости,
- материал анкетирования и тестирования,
- методическая разработка, протокол соревнований,
- фотоколлажи, и т.д.

Используются различные **формы** предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- аналитический материал по итогам проведения физической диагностики,
- аналитическая справка,
- диагностическая карта,
- олимпиада,
- открытое занятие,
- соревнование, и др.

2.5. Оценочные материалы

Промежуточный вид контроля осуществляется посредством системы мониторинга достижения детьми планируемых результатов и освоения рабочей программы образовательной области «Физическое развитие».

Мониторинг осуществляется путем экспресс – диагностики, которая направлена на выявление основных показателей готовности к усвоению программы и степени ее освоения. В ходе экспресс – диагностики устанавливаются особенности развития у детей физических качеств, накопленного двигательного опыта, динамику этих показателей в течение года, а так же является основанием для дальнейшего прогнозирования психолого-педагогической деятельности, осуществления необходимой коррекции, инструментом оповещения родителей о состоянии и проблемах, выявленных у ребенка.

Диагностика проводится дважды, в начале и конце учебного года.

В основу данного мониторинга физического развития детей легли методики следующих авторов:

- Усаков В.И. Педагогический контроль за физической подготовленностью дошкольников.
- Н.А. Ноткина, Л.И. Кузьмина, Н.Н. Бойнович Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста.
- М.А. Рунова Двигательная активность ребенка в детском саду.
- Э.Я. Степановская Теория и методика физического воспитания и развития ребенка.

**Методика изучения особенностей развития физических качеств
и освоения основных движений у детей дошкольного возраста**

Оценка физических качеств

Быстрота

Бег на 30 м.

Предварительная работа: Длина беговой дорожки должна быть на 5—7 м больше, чем длина дистанции. Линия финиша наносится сбоку короткой чертой, а за ней на расстоянии 5—7 м ставится хорошо видимой с линии старта черта - ориентир (флажок на подставке, куб), чтобы избежать замедления ребенком движения на финише. Готовят секундомер.

Методика обследования: Педагог проводит несколько разогревающих упражнений, для различных групп мышц, подготавливающих ребенка к определенным нагрузкам. По команде «На старт, внимание!» поднимается флажок, и по команде «Марш!» ребенок с максимальной скоростью стремится добежать до финиша. Задание выполняется попарно, (мальчик с мальчиком, девочка с девочкой), это необходимо для элемента соревнования детей друг с другом, для более высокой результативности. После отдыха нужно предложить детям еще одну попытку. В протокол заносится лучший результат.

Челночный бег 3х10 метров

Предварительная работа: Челночный бег проводится на любой ровной площадке с твёрдым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью. На расстоянии 10 м прочерчиваются 2 параллельные линии – «Старт» и «Финиш».

Методика обследования: Участник, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) участник бежит до финишной линии, касается линии рукой, возвращается к линии старта, осуществляет её касание и преодолевает последний отрезок без касания линии финиша рукой. Секундомер останавливают в момент пересечения линии «Финиш».

Качественные показатели:

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
2. Руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед - внутрь.
3. Быстрый вынос бедра маховой ноги (примерно под углом 60-70 градусов).
4. Прямолинейность, ритмичность бега.

Скоростно-силовые качества

Метание набивного мяча массой 1 кг

Предварительная работа: Предварительно в зале делают разметку от линии «Старта» (через каждые 50 см на расстоянии 5 м.) Готовят 2 набивных мяча весом 1000 г.

Методика обследования: Метание проводится способом из-за головы двумя руками. Ребенок совершает 2—3 броска; фиксируется лучший результат.

Метание мешочка с песком

Предварительная работа: На спортивной площадке мелом размечают дорожку (каждые 5 см на дистанции 2 м). Готовят три мешочка с песком весом 200 г, мел.

Методика обследования: После разминки инструктор предлагает ребенку (из И.п.: стоя, одна нога впереди, другая на расстоянии шага, рука с мешочком за головой) произвести три броска каждой рукой. Осуществляется замер каждого броска, и лучший результат заносится в протокол. В нем фиксируются количественные и качественные показатели.

Качественные показатели:

1. И.п.: Стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая - впереди, правая - на носок;

Правая рука с предметом на уровне груди.

2. Замах: Поворот туловища вправо, сгибая правую ногу и перенеся на нее вес тела;

Разгибая правую руку, размашисто отвести ее вниз - в сторону;

Перенос веса тела на левую ногу, поворот груди в направлении броска, правый локоть - вверх.

3. Бросок:

Продолжая переносить вес тела на левую ногу, правую руку с предметом резко выпрямить;

Хлещущим движением кисти бросить предмет вдаль - вверх;

Сохранять заданное направление полета предмета.

Прыжок в длину с места

Предварительная работа: Для проведения прыжков нужно положить мат и сделать вдоль него разметку. Для повышения активности и интереса детей целесообразно на определенном расстоянии (чуть дальше среднего результата детей группы) разместить три флажка и предложить ребенку прыгнуть до самого дальнего из них.

Методика обследования: Замеряются результаты от носков ног в начале прыжка до пяток в конце прыжка. Прыжок выполняется три раза, фиксируется лучшая из попыток.

Качественные показатели:

1.И.п.: Ноги параллельно, на ширине ступни друг от друга;
Полуприседание с наклоном туловища;
Руки слегка отведены назад.

2.Толчок: Двумя ногами одновременно;
Выпрямление ног;
Резкий мах руками вперед - вверх.

Прыжок: Руки вперед-вверх;
Туловище согнуто, голова вперед;
Полусогнутые ноги вперед.

Приземление: Одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с перекатом с пятки на всю ступню;
Колени полусогнуты, туловище слегка наклонено;
Руки движутся свободно вперед - в стороны;
Сохранение равновесия при приземлении.

Выносливость

Предварительная работа: Готовят беговую дорожку, на территории детского сада, отмеряют дистанцию 90 м — для детей 5 лет; 120 м — для детей 6 лет; 150 м — для детей 7 лет. Проводятся разминочные упражнения с детьми, подготавливающие различные группы мышц (рук, ног, туловища) к нагрузке.

Методика обследования: Выносливость оценивается по результату непрерывного бега в равномерном темпе. По сигналу педагога, дети бегут «стайкой» от линии «старта» до «финиша». Тест считается выполненным если дети преодолели дистанцию без остановки.

Тест по определению прироста показателей психофизических качеств
Для оценки темпов прироста показателей психофизических качеств мы предлагаем пользоваться формулой, предложенной В.И. Усачевым:

$$W = \frac{100(V_1 - V_2)}{\frac{1}{2}(V_1 + V_2)}$$

где W - прирост показателей темпов в %; V1 - исходный уровень; V2 - конечный уровень.

Например: Саша Д. прыгнул в длину с места в начале года на 42 см., а в конце — на 46см. подставляя эти значения формулу, получаем: $W = \frac{100(46-42)}{1/2(42+46)} = 9\%$

$$1/2(42+46)$$

Оценка темпов прироста физических качеств детей дошкольного возраста

Темпы прироста (%)	Оценка	За счет чего достигнут прирост
До 8	Неудовлетворительно	За счет естественного роста
8 - 10	Удовлетворительно	За счет естественного роста и естественной двигательной активности
10-15	Хорошо	За счет естественного прироста и целенаправленной системы физического воспитания
Свыше 15	Отлично	За счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений

2.6. Методические материалы

2.6.1. Общедидактические принципы:

Программа основана на общедидактических принципах организации образовательного процесса:

- принципе воспитывающего обучения;
- принципе сознательности и активности;
- принципе постепенности;
- принципе систематичности;
- принципе доступности;
- принципе прочности;
- сознательное усвоение материала.

Структурно-функциональная модель программы строится на идее всестороннего развития личности в единстве мышления, сознания и деятельности. Ее методологической основой является исходный принцип отечественной педагогики и психологии, утверждающий игру ведущей деятельностью дошкольника.

2.6.2. Группы методов необходимые для реализации содержания программы:

Методы	Приемы
Наглядный	Наглядно-зрительные, тактильно-мышечные, наглядно-слуховые, предметная наглядность.
Информационно-рецептивный	Совместная деятельность педагога и ребенка.
Репродуктивный	Уточнение и воспроизведение известных действий по образцу.
Практический	Придумывание вариантов физических упражнений и подвижных игр, собственные и имитационные движения. Метод обучения техники и тактики: демонстрация, разучивание технико-тактических действий, разработка вариантов технико-тактических действий, творческие задания в процессе тренировки и соревнований.

Словесный	Краткое одновременное описание и объяснение физических упражнений, образный сюжетный рассказ, передача знаний и руководство действиями воспитанников: объяснение, рассказ, беседа.
Проблемного обучения	Творческое использование готовых заданий, самостоятельное добывание знаний.
Игровой	Использование сюжета игр для организации детской деятельности, персонажей для обыгрывания упражнений.
Исследовательский	Самостоятельное придумывание упражнений и игровых сюжетов.
Соревновательный	Нахождение неординарных решений для достижения цели, выполнение знакомых упражнений в быстром темпе.

2.6.3. Технологии освоения содержания образовательного процесса программы

При освоении содержания образовательного процесса по программе на занятиях используются такие педагогические технологии:

1. Игровая технология - объединяет достаточно обширную группу методов и приемов организации педагогического процесса в форме различных игр. Их основная цель - обеспечение личностно-деятельного характера усвоения знаний, умений, навыков. Основным механизмом реализации являются методы вовлечения детей в творческую деятельность.

2. Технология дифференцируемого обучения - ставит своей целью создание оптимальных условий для выполнения задатков, развития интересов и способностей воспитанников. Механизмом реализации являются методы индивидуального обучения.

3. Технология личностно-ориентированного обучения — организация воспитательного процесса на основе глубокого уважения к личности ребёнка, учёте особенностей его индивидуального развития, отношения к нему как к сознательному, полноправному и ответственному участнику образовательного процесса. Это формирование целостной, свободной, раскрепощённой личности, осознающей своё достоинство и уважающей достоинство и свободу других людей.

4. Информационные технологии – все технологии использующие специальные технические информационные средства: компьютер, аудио-, видео-, теле - средства обучения.

5. Здоровьесберегающие технологии - создание комплексной стратегии улучшения здоровья обучающихся, разработка системы мер по сохранению здоровья детей и выработка знаний и навыков, которыми должен овладеть воспитанник.

6. Технология проблемного обучения - ставит своей целью развитие познавательной активности и творческой самостоятельности детей. Механизмом

реализации является поисковые методы, приема поставки познавательных задач, поставив перед воспитанниками задачу, которую они выполняют, используя имеющиеся у них знания и умения.

2.6.4. Формы организации занятий

При построении занятий в программе учитывается весь разнообразный спектр форм ее организации:

- традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),
- тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),
- игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),
- с использованием тренажеров (спортивная перекладина, гимнастическая стенка, велотренажер, беговая дорожка, гимнастическая скамья, батут, диск здоровья и т.п.),
- учетно-оценочная (в конце каждого месяца);

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

2.6.5. Способы организации детей на занятии

- Фронтально – задание выполняют все дети одновременно;
- поточно – все дети выполняют задание друг за другом;
- подгруппой поточно – дети делятся на подгруппы и выполняют в них задания друг за другом (задания в разных подгруппах могут быть разными);
- подгруппой фронтально – дети в подгруппе выполняют задание одновременно.
- форма круговой тренировки или полоса препятствий.

2.6.6. Этапы освоения двигательных действий, и их задачи:

Процесс обучения двигательным действиям можно условно разделить на следующие этапы:

- ознакомление с приемом;
- разучивание приема в упрощенных условиях;
- закрепление и совершенствование приема в условиях, близких к игровым;
- закрепление приема в игре.

Процесс обучения двигательным действиям с мячом разделен на следующие этапы:

первоначальное обучение



углубленное разучивание



закрепление и совершенствование движений

Данный подход к образовательному процессу позволяет детям постепенно усовершенствовать приобретенные уже навыки, закреплять свои возможности на каждом этапе обучения.

Настоящий раздел представляет краткое описание общей методики работы в соответствии с направленностью содержания и индивидуальными особенностями обучающихся.

Задачи первоначального обучения:

- внимание ребенка должно быть направлено на *качество* выполнения каждого движения, а не на достижение с помощью этого движения определенного результата.

Например, обучая ловле-передаче мяча, можно давать такое задание: чья пара (кружок) сделает больше передач, не роняя мяча на пол, не касаясь груди мячом и т.д. Такие задания вызывают у детей желание добиться хороших результатов, содействуют поддержанию интереса. Они отвечают целям и задачам обучения и воспитания, доступны и понятны, интересны и эмоциональны, приближают действия к игровой ситуации. Игровая обстановка усиливает заинтересованность, активность детей, благодаря многократной повторяемости повышается эффективность выполняемых движений.

Задачи этапа углубленного разучивания:

- отрабатывается *точность* выполнения движений с мячом;
- исправляются ошибки;
- формируется *правильное ощущение навыка* в целом.

На данном этапе можно применять упражнения с элементами соревнования, направленные на точность выполнения движения, некоторые подвижные игры.

Упражнения с элементами соревнования создают особый динамический и эмоциональный фон, стимулирующий максимальное проявление волевых и физических качеств ребенка, способствующий быстрому и правильному выполнению движений с мячом. Особенно важно, что они помогают избежать однообразной работы над техникой действия. Упражнения с элементами соревнования необходимо проводить в строгой последовательности с целью обеспечения закрепления правильного навыка. Поэтому в начале обучения соревнование ведется на *точность* выполнения между отдельными детьми, а в дальнейшем между группами. После этого, возможно, проводить упражнения

с элементами соревнования, которые требуют не только точности, но и быстроты выполнения движений.

Задачи этапа закрепления и совершенствования действий с мячом:

- создание устойчивых, достаточно автоматизированных и вместе с тем гибких навыков.

Закрепление и совершенствование действий с мячом осуществляется в основном в подвижных играх, включающих эти действия. Соблюдая постепенное усложнение обучения, на данном этапе проводят игры, в которых игровое действие разворачивается между несколькими группами (например, "Мяч водящему", "Займи свободный кружок").

2.6.7. Методика обучения детей двигательным действиям с мячом

Методические рекомендации, обеспечивая интеллектуальное развитие, направлены на формирование у детей комплекса знаний о технике, действиях, функциях игроков, способах выбора в зависимости от игровой ситуации, использовании инвентаря, устройстве спортивной площадки. Разработаны методические рекомендации для упражнений и игр с элементами баскетбола по:

- технике перемещений
- технике удержания мяча
- технике ловли - передачи мяча
- технике ведения мяча
- технике бросания мяча в корзину.

Разработаны методические рекомендации для упражнений и игр с элементами футбола по:

- технике удара по неподвижному, катящемуся мячу
- технике приема катящегося, отскочившего мяча
- технике ведения мяча
- технике отбора мяча
- технике вбрасывания мяча
- технике приемов игры вратаря.

Разработка методических рекомендаций осуществлялась в сотрудничестве с тренерами - преподавателями СДЮСШ № 4 (отделение футбола), ДООЦ (отделение баскетбола).

Разработана следующая форма методики обучения:

Правила выполнения двигательного действия	Возможные ошибки	Пути исправления	Методические рекомендации	Упражнения для обучения двигательному действию
--	-----------------------------	-----------------------------	--------------------------------------	---

--	--	--	--	--

2.7. Рабочие программы (модули) курсов, дисциплин.

Данная программа модифицированная, базируется на теоретическом материале, следующих программ и педагогических технологий: «Играйте на здоровье» Волошина Л.Н., Курилова Т.В.; «Баскетбол для дошкольников», «Спортивные игры и упражнения в детском саду» Адашкявичене Э.Й. М.; «Футбол в детском саду» Желобкович Е.Ф.

Программа регламентируется целой серией нормативно – правовых и инструктивных документов:

- Закон Российской Федерации от 10.07.1992г. №3266-1 «Об образовании»;
- Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении (утверждено приказом Министерства образования и науки РФ от 27.10.2011г. № 2562);
- Федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 655 от 23 ноября 2009г.);
- Санитарно – эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.2660-10 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы в дошкольных организациях» (утверждены Постановлением главного санитарного врача РФ от 22.07.2010г. № 91)
- Изменения № 1 к СанПиН 2.4.1.2660-10 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы в дошкольных организациях» (утверждены Постановлением главного санитарного врача РФ от 20.12.2010г. № 164);
- Положение о разработке учебного плана в МДОУ (Приказ №50 от 19 мая 2010г.);
- Основная общеобразовательная программа дошкольного образования МДОУ (утверждена Педагогическим советом № 4 от 28 февраля 2011г.)

2.8. 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. Аксёнова Н.И. Повышение уровня двигательной активности и дозировка физической нагрузки на физкультурных занятиях. //Дошкольное воспитание- 2000 - №6 – С. 37.
4. Аркин Е.А. Дошкольный возраст. М., 1948. – С.250.
5. Бернштейн Н.А. Физиология движения и активность. М., 1990.
6. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. М., 1981.
7. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта. М., 2004.

8. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта. М., 2001.
9. Змановский Ю.Ф. Воспитываем детей здоровыми. М., 1989.
10. Игра дошкольника: Учебное пособие \ под ред. Новосёловой С.Л. М., 1989. – С. 161.
11. «Истоки»: Базисная программа развития ребёнка-дошкольника. М., 2001.
12. Кильпио Н.Н. 80 игр воспитателю детского сада. М., 1965.
13. Конторович М.М., Михайлова Л.И. Подвижные игры в детском саду М., 1961.
14. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. М., 2000.
15. Лесгафт П.Ф. Руководство по физическому образованию детей дошкольного возраста. М., 1951. – С. 309.
16. Ноткина Н.А. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. СПб., 1993.
17. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. М., 1973.
18. Поддьяков Н.Н. Особенности психического развития детей дошкольного возраста. М., 1996.
19. Программа воспитания и образования в детском саду \ под ред. Васильевой М.А. М., 1987.
20. Современные программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста \ сост. Бычкова С.С. М., 2002.
21. Степанкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка. М., 2001.
22. Степанов В.М., Щипачёва А.Д. Здоровье сохраняющая педагогика: Методическое пособие. И., 2001.
23. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей. М., 1994.
24. Студеникин М.Я. Книга о здоровье детей. М., 1988.
25. Физическое воспитание детей дошкольного возраста: Сборник научных трудов \ под ред. Шармановой С.Б., Фёдорова А.И. Ч., 2004.
26. Шарманова С.Б., Фёдоров А.И. применение сюжетных занятий на основе ритмической гимнастики в физическом воспитании детей дошкольного возраста: \ Учебное пособие. Ч., 1996. – С. 3.
27. Шебеко В.И., Ермак Н.Н., Шишкина В.А. Физическое воспитание дошкольников. М., 1996.
28. Шишкина В.А., Мищенко М.В. Какая физкультура нужна дошкольнику. М., 1999.

