

Комитет образования и науки администрации г. Новокузнецка
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
« Детский сад №210»
(МАДОУ «Детский сад №210»)

| | |
|---|---|
| Программа рассмотрена и рекомендована к утверждению педагогическим советом МАДОУ «Детский сад №210» Протокол № 4 от 20.05.2021г. | УТВЕРЖДАЮ: Заведующий МАДОУ «Детский сад №210» Н. З. Медведева _____ Приказ № 70 от «21» мая 2021 г. |
|---|---|

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«МИР СПОРТА»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст учащихся: 5 – 8 лет

Срок реализации: 2 года

Разработчик:
Лихопой Ольга Константиновна,
воспитатель
МАДОУ «Детский сад № 210»

Новокузнецкий городской округ, 2021г.

Содержание

| | | |
|----|---|-----------|
| | Паспорт программы | 3 |
| 1. | КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ | 4 |
| | Пояснительная записка | 4 |
| | Перечень нормативных документов | 4 |
| | Направленность программы | 5 |
| | Актуальность и новизна программы | 6 |
| | Отличительные особенности программы | 7 |
| | Адресат программы (возраст учащихся и особенности приема) | 8 |
| | Планируемые результаты реализации программы | 8 |
| | Особенности организации образовательного процесса | 9 |
| | Режим организации занятий | 9 |
| | Цель и задачи программы | 9 |
| | СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ | 10 |
| | Учебно-тематический план 1-ый год обучения | 10 |
| | Содержание программы 1-ый год обучения | 10 |
| | Учебно-тематический план 2-ой год обучения | 12 |
| | Содержание программы 2-ой год обучения | 12 |
| 2. | КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ | 14 |
| | Календарный учебный график | 14 |
| | Условия реализации программы | 14 |
| | Формы аттестации и оценочные материалы | 15 |
| | Диагностическое обследование учащихся (1 год обучения) | 15 |
| | Диагностическое обследование учащихся (2 год обучения) | 16 |
| | Методическое обеспечение программы | 17 |
| | План воспитательной программы | 19 |
| | Список литературы | 20 |

Паспорт программы

| | |
|--|---|
| Наименование программы | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир спорта» |
| Разработчик программы | Воспитатель МАДОУ «Детский сад № 210» Лихопой Ольга Константиновна |
| Направленность программы | Физкультурно-спортивная |
| Цель программы | Развитие физических качеств и когнитивных функций у детей старшего дошкольного возраста в процессе обучения их спортивным играм. |
| Задачи программы | <ol style="list-style-type: none"> 1. Обучать детей старшего дошкольного возраста техническим элементам игры. 2. Развивать: <ul style="list-style-type: none"> - точность, быстроту движений, их переключаемость и координацию; - динамическую и статическую организацию двигательного акта; - точное воспроизведение предложенных движений; - двигательную память и самоконтроль; - умение действовать по речевой инструкции. 3. Воспитывать волевые качества детей, интерес к спортивным играм и здоровому образу жизни. |
| Возраст учащихся | 5-8 лет |
| Сроки реализации программы | 2 года |
| Методическое обеспечение программы | <p>Приложения к программе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Содержание деятельности (1 и 2 год обучения). - Перечень лексических тем (1 и 2 год обучения) - Психогимнастика - Пальчиковые игры - Конспекты занятий и спортивных развлечений |
| Информационно-техническое и материально-техническое обеспечение | <ul style="list-style-type: none"> - Помещение для занятий (музыкальный или спортивный зал ДОУ), - компьютерная система (ноутбук, звуковые колонки), - мультимедийное оборудование, - аудиотехника (магнитола), - фонотека, видеотека, иллюстративный материал, - коврики для проведения упражнений (на каждого учащегося), - оборудование для проведения спортивных игр (мячи разного размера и назначения, скакалки, гимнастические палки, канат, дуги разной высоты, кегли, канаты, маты, гимнастические скамейки и т.д.) |
| Рецензенты | Внутренняя рецензия: Медведева Нургизе Закировна – заведующий МАДОУ «Детский сад №210» |

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Перечень нормативных документов

- Конвенция о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года);
- Конституция РФ;
- Закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 30 сентября 2020 г. N 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196»;
- Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 29 мая 2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 г. № 16 «Об утверждении санитарных правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID – 19)»;
- Национальный проект «Образование» (паспорт утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16);
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.;

- Стратегическая инициатива «Новая модель системы дополнительного образования», одобренная Президентом Российской Федерации 27 мая 2015 г.;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.;
- Концепция художественного образования в Российской Федерации до 2025 года
(Приказ Минкультуры РФ от 28.12.2001 N 1403);
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196
«Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Закон об образовании Кемеровской области № 86-ОЗ (в ред. Закона Кемеровской области от 14.11.2018 N 83-ОЗ), принят Советом народных депутатов Кемеровской области 3 июля 2013 года;
- Государственная программа Кемеровской области «Развитие системы образования Кузбасса» на 2014-2025 годы (в ред. Постановлений Коллегии Администрации Кемеровской области от 17.12.2018 N 579) утвержденная постановлением Коллегии Администрации Кемеровской области от 4 сентября 2013 г. № 367;
- Комплексная программа социально-экономического развития города Новокузнецка до 2025 года (утверждена решением Новокузнецкого городского Совета народных депутатов от 28.12.2010г. N 16/230 «О принятии Комплексной программы социально- экономического развития города Новокузнецка до 2025 г.»);
- Локальные акты МАДОУ «Детский сад №210»: Устав, Учебный план, Правила внутреннего трудового распорядка, инструкции по технике безопасности.

Направленность программы

Программа «Мир спорта» имеет физкультурно-оздоровительную направленность. Программа направлена на:

- физическое совершенствование учащихся, приобщение их к здоровому образу жизни, воспитание спортивного резерва нации.
- укрепление здоровья воспитанников;
- формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства;
- морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья;
- физическое совершенствование воспитанников, приобщение их к здоровому образу жизни, воспитание спортивного резерва нации.

Актуальность программы

Состояние здоровья подрастающего поколения является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности. Если физическая культура просто важна для взрослого человека, то для детей всех возрастов жизненно необходима.

Ещё русские учёные К.А. Тимирязев и И.П. Павлов в своё время отмечали, что влияние внешних условий тем глубже, чем раньше они начинают воздействовать на человека. Поэтому чем младше ребёнок, тем серьёзнее воздействуют на него любые неблагоприятные условия: долгое статическое напряжение; проведение времени за телевидением, компьютером ведёт к отставанию в физическом развитии. Всё это приводит к возникновению и развитию различных хронических заболеваний.

Неотъемлемой частью человека является формирование многих личностных качеств ребёнка. Растущий организм ребёнка требует крепнущую мускулатуру. Подвижные игры, функционально нагружая организм, формируют и совершенствуют его. В отличие от строго регламентированных движений (например, гимнастических), игра всегда связана с инициативным началом, протекает эмоционально, стимулирует двигательную активность. Развлекательная сторона игр, преимущественное использование в них локомоторных, естественных движений, меньшая жесткость правил соответствуют функциональным и психологическим особенностям детского организма.

Новизна программы

Специфика нашего учреждения заключается в том, что 98 % детей имеют различные нарушения речи. У таких детей, помимо речевых нарушений, отмечаются недостатки развития общей и мелкой моторики, которые проявляются:

- в нарушении точности, быстроты, переключаемости и координированности движений;
- затруднениях динамической и статической организации двигательного акта;
- невозможности быстрого и плавного воспроизведения предложенных движений;
- снижении двигательной памяти и самоконтроля;
- замедленности, застревании в одной позе.

Теоретической основой программы «Мир спорта» являются труды Вавиловой Н. Е., Ленерт Г., Деметр Р., Гришковой В., Г.А. Василькова. В процессе разработки программы были использованы рабочие программы: Н.В. Полтавцевой «Из детства - в отрочество», О.В. Козыревой «Лечебная физическая культура для дошкольников». В работах этих авторов отмечается, что движения имеют большое влияние на формирование личности человека и на развитие его речевых навыков. Так отмечается зависимость между формированием произвольных движений человека и речи, теоретически

обосновано значение «взаимовлияний двигательного анализатора и словесной системы». Доказано, что речь неразрывно взаимосвязана со всеми уровнями организации двигательных функций, относясь к высшему уровню организации движений.

Говоря об оздоровительном эффекте подвижных игр, следует подчеркнуть, что разнообразные движения и действия, играющих во время игры оказывают благотворное влияние на сердечно-сосудистую, дыхательную и другие системы организма детей. С помощью игр можно содействовать общему развитию и укреплению мышц, а также повышению обмена веществ. Всё это оказывает комплексное воздействие на организм и способствует укреплению здоровья детей. Естественные движения во время игры, их разнообразие помогают быстрее переключиться с умственной работы на физическую.

Данная программа разработана и направлена на закрепление, обучение и совершенствование навыков по физическому воспитанию для детей старшей группы. Занятия кружка по подвижным играм с включением спортивных игр, организуются и проводятся раз в неделю.

Отличительные особенности программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир спорта» составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ и с учетом задач, сформулированных Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения.

Программа построена на основе традиционной модели организации образовательного процесса (1 и 2 год обучения).

Особенностью данной программы является то, что воспитанники могут начать свое образование со второго года обучения по программе «Мир спорта» на стартовом уровне, минуя первый год обучения, согласно своему возрасту при прохождении мониторинга знаний, умений и навыков.

Дополнительная программа "Мир спорта" реализует ряд функций:

Воспитательная функция. Обеспечивает с одной стороны, повышение эффективности соревновательной деятельности детей, с другой – способствует всестороннему воспитанию социально активной личности. Однако спортивная деятельность сама по себе желаемого воспитательного эффекта не обеспечивает. Работа с воспитанниками направлена на формирование у воспитанников коммуникативных и социальных навыков, накопление опыта позитивного взаимодействия в группе сверстников, развитие социальной уверенности.

Оздоровительная и рекреационно-культурная функции направлены на укрепление здоровья детей, обеспечение активного отдыха, формирование эстетических взглядов, вкусов в области физической активности, формирования интереса и привычки к занятиям спортом. Эта функция призвана: обеспечить высокую физическую и функциональную

подготовленность детей, соблюдать и реализовывать преемственность при переходе с низкого на высокий уровень тренированности; обеспечить оптимальный уровень развития психологической подготовленности, волевых качеств, расширять арсенал жизненно важных двигательных умений, повышать их надёжность в сложных условиях, способствовать подготовке подрастающего поколения к учебной, трудовой видам деятельности. Воспитать позитивные черты характера, обеспечивающие гуманную направленность конкуренции в спорте. Создавать условия для раскрытия спортивных способностей детей через ситуацию создания успеха для каждого ребёнка.

Познавательная функция. Предполагает использование спортивной деятельности в качестве модели для изучения максимальных возможностей человеческого организма при физических и психических напряжениях и обладает возможностями для развития познавательных способностей ребёнка.

В программу включены *элементы коррекционной работы*: специальные упражнения (с мячом и без мяча), которые способствуют решению коррекционных задач: развитие координации и крупной моторики, зрительного восприятия, пространственной ориентации, согласованности движений, умение работать по словесной инструкции педагога, и другие.

Основной формой организации обучения детей спортивным играм является занятие.

Адресат программы (возраст учащихся с особенностями приема)

Программа предназначена для детей дошкольного возраста, 5 – 8 лет. Набор детей в коллектив осуществляется по принципу добровольности, без отбора и предъявления требований к наличию у них специальных умений. Главным условием является желание ребенка. Зачисление в группы производится с обязательным условием – написание заявления родителями (законными представителями), подписание согласия на обработку персональных данных, подписания договора.

Допуск к занятиям некоторых воспитанников (например, воспитанники с нарушениями зрения) производится только после предъявлении медицинской справки об отсутствии противопоказаний для занятий спортом.

- 1 год обучения, учащиеся в возрасте 5 - 6 лет,
- 2 год обучения, учащиеся в возрасте 6 - 8 лет,

Планируемые результаты реализации программы

По окончании курса программы «Мир спорта» учащиеся:

- приобретают знания, умения, навыки технических элементов игры;
- умеют точно воспроизводить предложенные движения;
- умеют действовать по речевой инструкции;
- у учащихся формируются физические и нравственно - волевые качества личности (в соответствии с возрастными особенностями детей);
- развивается точность, быстрота движений, их переключаемость и

координация;

- развивается динамическая и статическая организация двигательного акта;
- развивается двигательная память и самоконтроль;
- развивается интерес к спортивным играм и здоровому образу жизни.

Особенности организации образовательного процесса

Вся работа организуется в виде занятий в спортивном зале и на улице. Занятия проводятся в игровой форме.

Формирование учебных групп осуществляется на добровольной основе, без специального отбора, по возрастному признаку. Главным условием является желание ребенка заниматься. Занятия проводятся в очной форме фронтально 1 раз в неделю из расчета 1 академический час - 25 минут в старшей группе (5 – 6 лет) и 1 академический час - 30 минут в подготовительной группе (6 -8 лет) Наполняемость групп 1 и 2 года обучения – не менее 8 и не более 15 человек.

Программа рассчитана на два учебных года. Начало занятий 1 октября, окончание занятий 30 апреля. Количество занятий в год – 24.

Открытые занятия для педагогов и родителей проводятся в конце каждого года обучения. В конце каждого года обучения проводится итоговое занятие. Контрольно-проверочные занятия в каждой группе проводятся 2 раза в год (в начале и конце года).

Программа имеет приложение, включающее: календарно-тематический план (1 и 2 год обучения), пальчиковые игры, конспекты занятий,

Режим организации занятий

Постановление «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 г. № 28 (пункты 3.6.1, 3.6.2. 3.6.3)

Целью программы «Мир спорта» является развитие физических качеств и когнитивных функций у детей старшего дошкольного возраста в процессе обучения их спортивным играм.

Задачи программы:

1. Обучать детей старшего дошкольного возраста техническим элементам игры.
2. Развивать:
 - точность, быстроту движений, их переключаемость и координацию;
 - динамическую и статическую организацию двигательного акта;
 - точное воспроизведение предложенных движений;
 - двигательную память и самоконтроль;
 - умение действовать по речевой инструкции.
3. Воспитывать волевые качества детей, интерес к спортивным играм и здоровому образу жизни.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ

Стартовый уровень

Учебно-тематический план 1-ый год обучения (старший дошкольный возраст, 5-6 лет)

| № | Наименование разделов | Всего часов | Теория | Практика |
|---------------|---|-------------|----------|-----------|
| 1. | Вводное занятие | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2. | Техника безопасности на спортивных играх | 1 | 0.5 | 0.5 |
| 3. | Контрольно-проверочное занятие | 2 | 0 | 2 |
| 4. | Обучение упражнениям с мячом | 8 | 2 | 6 |
| 4.1. | Прокатывание мяча | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 4.2. | Передача мяча | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 4.3. | Бросок и ловля мяча в парах | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 4.4. | Перебрасывание мяча в парах; перебрасывание мяча через сетку | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 5. | Пионербол. Технические элементы. | 8 | 2 | 6 |
| 5.1. | Бросок мяча | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 5.2. | Ловля мяча | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 5.3. | Передача мяча | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 5.4. | Подача и подбрасывание мяча | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 6. | Игры | 3 | 0 | 3 |
| 7. | Итоговое занятие | 1 | 0 | 1 |
| ИТОГО: | | 24 | 5 | 19 |

Содержание программы 1-ый год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Знакомство с залом, требованиями к занятиям, воспитанникам, технике безопасности. Чем будем заниматься на занятиях? Рассказать о том, что такое спортивные игры, какие есть виды игр.

Практические задания.

Показ различного спортивного оборудования. Проведение разминки (разные виды ходьбы и бега по кругу), дыхательное упражнение, 1-2 игры-упражнения, 1 игра-соревнование, 1 подвижная игра по выбору педагога.

Раздел 2. Техника безопасности на спортивных играх

К занятиям по спортивным и подвижным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда; игры должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой и т.д.

Познакомить учащихся с разными мячами и их свойствами, техникой безопасности во время использования мячей в играх.

Практические задания.

Показ разных мячей. Игры-упражнения с разными мячами. МПИ с мячом («Горячий хлеб», «Яблочко» и др.)

Раздел 3. Контрольно-проверочное занятие

Проводятся в начале и конце года для определения уровня развития учащихся. Напоминание о правилах игр.

Практические задания

Игры-упражнения с мячами (проверка правильного положения рук и ног; ловля и передача мяча и т.д.).

Раздел 4. Обучение упражнений с мячом

Научить детей не бояться мяча.

Рассказать, как правильно пользоваться мячами (обратить внимание на положение ваших рук; посмотрите на то, как расположены ваши ноги; постоянно практикуйтесь; верьте в победу).

Практические задания

Выполнение комплекса упражнений в прокатывании мяча (в ворота; между предметами; из разных и.п.).

Выполнение комплекса упражнений в передаче мяча (в кругу; шеренге; колонне; через вверх; через низ; из разных и.п.).

Выполнение комплекса упражнений в броске и ловле мяча в парах (от головы; из-за головы; двумя и одной рукой; с отскоком об пол и стены; маленьким и большим мячом).

Выполнение комплекса упражнений в перебрасывании мяча в парах и через сетку (двумя и одной рукой; из разных и.п.).

Раздел 5. Пионербол. Технические элементы игры.

Команды стоят по обе стороны. Правила пионербола аналогичны волейболу за тем исключением, что мяч можно ловить и совершать с ним не более 3 шагов по площадке. После чего его необходимо либо передать игроку по команде, либо перебросить через сетку. Разрешается совершать не более одного паса в атаке. Задача – не допустить падение мяча на землю или пол, в противном случае засчитывается очко. Игра завершается с набором 25 очков, после чего команды меняются местами и разыгрывают еще одну партию. В случае счета в партиях 1:1, играется завершающая партия.

Познакомить детей с разными видами броска мяча (двумя руками от головы и груди).

Научить правильно, выполнять технику при броске (правильное исходное положение рук и ног).

Практические задания

Выполнение комплекса упражнений в броске мяча (броски вверх с разными заданиями, и с разным и.п.).

Выполнение комплекса упражнений в ловле мяча (с разного расстояния и с разным исходным положением).

Выполнение комплекса упражнений в передаче мяча (по кругу; через вверх и низ; из разных исходных положений и разными мячами по величине).

Выполнение комплекса упражнений в подаче и подбрасывание мяча

(маленького и большого мяча; с разного расстояния; из разных исходных положений; одной и двумя руками).

Раздел 6. Игры

Подбор игр с мячом. Например, «Кого назвали, тот ловит мяч»; "Ловушка с мячом"; «Перестрелка» и т.д. Подбираются как игры-упражнения, подвижные игры, игры-соревнования и игры-эстафеты.

Раздел 7. Итоговое занятие: проведение эстафет и соревнований по пройденному материалу. «Броски большого мяча в цель», «Точная подача», За двумя зайцами».

Учебно-тематический план 2 – ой год обучения (старший дошкольный возраст, 6-8 лет)

| <i>№</i> | <i>Наименование разделов</i> | <i>Всего часов</i> | | |
|---------------|---|--------------------|---------------|-----------------|
| | | <i>Всего</i> | <i>Теория</i> | <i>Практика</i> |
| 1. | Вводное занятие | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2. | Контрольно-проверочное занятие (тесты) | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 3. | Футбол. Правила техники элемента игры. | 10 | 3 | 7 |
| 3.1. | Остановка мяча | 1 | 0.5 | 0.5 |
| 3.2. | Удар по мячу | 1 | 0.5 | 0.5 |
| 3.3. | Передача мяча | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 3.4. | Ведение мяча | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 3.5. | Отбор мяча | 1 | 0.5 | 0.5 |
| 3.6. | Игры в футбол | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 3.7. | Контрольно-проверочное занятие | 1 | 0 | 1 |
| 4 | Баскетбол. Технические элементы игры | 10 | 2 | 8 |
| 4.1. | Ведение мяча | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 4.2. | Передача мяча | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 4.3. | Защита; техника перемещения | 1 | 0 | 1 |
| 4.4. | Бросок мяча | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 4.5. | Игры в баскетбол | 2 | 0.5 | 1.5 |
| 4.6. | Контрольно-проверочное занятие | 1 | 0 | 1 |
| 5 | Спортивные игры | 2 | 0 | 2 |
| 5.1. | Эстафеты. | 1 | 0 | 1 |
| 5.2. | Дружеские матчи, соревнования | 1 | 0 | 1 |
| ИТОГО: | | 24 | 6 | 18 |

Содержание программы 2 год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Знакомство с залом, требованиями к занятиям, воспитанникам, технике безопасности. Чем будем заниматься на занятиях? Рассказать о том, что такое спортивные игры, какие есть виды игр.

Практические задания.

Показ различного спортивного оборудования. Проведение разминки (разные виды ходьбы и бега по кругу), дыхательное упражнение, 1-2 игры-упражнения, 1 игра-соревнование, 1 подвижная игра по выбору педагога.

Раздел 2. Контрольно-проверочное занятие

Проводятся в начале и конце года для определения уровня развития учащихся. Напоминание о правилах игр.

Практические задания

Игры-упражнения с мячами (проверка правильного положения рук и ног; ловля и передача мяча и т.д.). Тесты для оценки спортивно-технической подготовленности по футболу / баскетболу.

Раздел 3. Футбол. Технические элементы игры.

Ознакомить детей с правилами игры. Игроки имеют право вести мяч ногами, передавать его (ногами) товарищу по игре, забивать мяч в ворота. Задача игроков противоположной команды - не пропускать противника к своим воротам и не давать забивать мяч. Все действия с мячом выполняются только ногами. Касание мяча головой или туловищем не считается ошибкой, а руками касаться мяча разрешается только вратарю.

Практические задания

Выполнение упражнений на удар по мячу (внутренней и внешней частью подъёма; носком).

Выполнение упражнений на остановку мяча (бедром и средней частью подъёма; грудью).

Выполнение упражнений на отбор мяча (толчком плечом в плечо; отбор мяча подкатом).

Выполнение упражнений на ведение мяча (одной ногой; с разным количеством мячей; в паре).

Выполнение упражнений на передачу мяча (после прямого разбега; с места; из разного и.п.).

Игры в футбол: «Подвижная цель»; «Гонка мячей»; «Забей в ворота» и т.д.

Контрольно-проверочные занятия: микро-соревнования (2-4 ребёнка). «Вбрасывание футбольного мяча», «Футболист-жонглёр».

Раздел 2. Баскетбол. Правила и техника элементов игры.

Познакомить детей с игрой в баскетбол, историей ее возникновения, правилами игры. (Каждая команда состоит из пяти играющих на площадке и нескольких запасных. Один из игроков - капитан. Игроки команд должны иметь отличительные знаки. Игра состоит из двух пятиминутных таймов, между которыми даётся пятиминутный перерыв.)

Учить элементам техники игры в баскетбол (стойка, ведение мяча на месте, броски, ловля мяча) добиваться точности их выполнения.

Практические задания: Выполнение упражнений на ведение мяча (ведение

правой и левой рукой; на месте; с продвижением вперёд; вокруг себя; между предметами и т.д.).

Выполнение упражнений на защиту и технику перемещения (подбрасывание мяча вверх с различными заданиями, на месте и в движении).

Выполнение упражнений на передачу мяча (двумя руками от головы, от груди; одной рукой; из разного и.п.).

Выполнение упражнений на бросок мяча в корзину (в щит с разного расстояния; в цель; с места и после ведения).

Подвижные игры: "Играй, играй мяч не теряй"; "10 передач" и т.д.

Контрольно-проверочные занятия. Проведение соревнований: «Школа мяча», «Быстро и точно», «Попади в обруч», «Снайперы».

Раздел 3. Спортивные игры.

Научить детей играть в спортивные игры. Почувствовать соперничество; вкус победы; стремиться к наилучшим результатам.

Практические задания: Игры – соревнования, игры-эстафеты.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

| Уровень обучения | Год обучения | Возраст учащихся | Продолжительность занятий (ак.час) | Периодичность занятий в неделю | Всего часов в год | Количество учебных недель |
|------------------|------------------|------------------|------------------------------------|--------------------------------|-------------------|---------------------------|
| Стартовый | 1,2 год обучения | 5-8 лет | 1 | 1 | 24 | 24 |

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- наличие места для занятий (музыкальный/спортивный зал учреждения),
- музыкальный центр,
- фонограммы музыкальных произведений,
- коврики для проведения партерной разминки (на каждого воспитанника),
- атрибуты к ОРУ на каждого ребёнка (скакалки, флажки, кубики, мячи малого размера,
- мячи (волейбольные, баскетбольные, футбольные, резиновые среднего размера на каждого ребенка),
- волейбольная сетка, баскетбольные щиты, переносные футбольные ворота.
- мольберт для демонстрации иллюстративного материала и иллюстрации в соответствии с содержанием деятельности программы,

Кадровое обеспечение

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать

педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт), а именно: коды А и В с уровнями квалификации 6 - педагог дополнительного образования.

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель) по данной программе может работать педагог дошкольного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы II Профессионального стандарта Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт, а именно: коды А и В с уровнями квалификации 5-6 – педагогическая деятельность по реализации программ дошкольного образования (воспитатель, инструктор по физической культуре).

Формы аттестации и оценочные материалы

Одной из качественных характеристик любой программы является контролируемость – определение ожидаемых результатов на основе отражения соответствующих способов проверки конечного результата и этапных результатов образовательного процесса.

| <i>Формы обучения</i> | <i>Формы подведения итогов</i> |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - групповая, - контрольно-проверочное занятие, - итоговое занятие /открытое занятие - игровые соревнования - спортивные соревнования | <ul style="list-style-type: none"> - анализ активности учащихся при выполнении диагностических заданий, - анализ качества выполнения учащимися контрольных заданий (тестов), - контроль за выполнением спортивных упражнений, спортивных игр |

Форма подведения итогов реализации программы дополнительного образования «Мир спорта» – итоговое занятие / открытое занятие. Помимо этого в образовательном процессе применяются следующие виды контроля:

- 1) *предварительный контроль* проводится в начале учебного года. Ведется для выявления у обучаемых имеющихся знаний, умений и навыков;
- 2) *итоговый контроль* проводится в конце каждого учебного года, позволяет оценить результативность работы педагога за учебный год.

Диагностическое обследование учащихся (1 год обучения)

| № | Тесты | Уровни | | |
|---|---------------|------------------|----------------|----------------|
| | | <i>низкий</i> | <i>средний</i> | <i>высокий</i> |
| 1 | Челночный бег | 12.7 и более сек | 12.7сек | Менее 12.7сек |

| | | | | |
|---|------------------------------|-------------|-----------|-------------|
| 2 | Метание правой и левой рукой | Менее 6м | 6.0-12.0м | Более 12м |
| 3 | Прыжки в длину с места | Менее 100см | 100см | Более 100см |

Тесты для оценки спортивно-технической подготовленности по пионерболу

| № | Тесты | Уровни | | |
|---|---|--------------|------------------|-----------|
| | | низкий | средний | высокий |
| 1 | Правила игры. | Не знает | Знает, но путает | Знает |
| 2 | Ловля мяча через сетку с разных позиций из 5 попыток (кол-во пойманных мячей). Подачу мяча выполняет педагог. | 1-2 | 3-4 | 5 |
| 3 | Подача мяча через сетку из 3 исходных позиций на результативность (в квадрат 100х100см – кол-во попаданий) | 1 | 2 | 3 |
| 4 | Выполнение технических элементов в игре. | Не выполняет | Не всё выполняет | Выполняет |

Лист диагностики сформированности умений учащихся (1 год обучения)

| № | ФИ учащегося | Челночный бег | Метание п/л рука | Прыжок в длину с места | Пионербол | | | |
|---|--------------|---------------|------------------|------------------------|-----------|------------|-------------|------------------|
| | | | | | Правила | Ловля мяча | Подача мяча | Технич. элементы |
| | | | | | | | | |

Диагностическое обследование детей (2 год обучения)

Тесты для оценки спортивно-технической подготовленности по футболу

| № | Тесты | уровни | | |
|---|--|----------|--------------------|---------|
| | | низкий | средний | высокий |
| 1 | Правила и техника игры. | Не знает | Знает, но путается | Знает |
| 2 | Остановка мяча одной ногой из 5 подач. (к-во попаданий). Подачу мяча осуществляет педагог с расстояния 5м. | 1-2 | 3-4 | 5 |
| 3 | Удар по мячу на точность из 10 попыток (по 5 каждой ногой) с расстояния 5м. | 1-5 | 6-7 | 8-10 |
| 4 | Штрафные броски по воротам с расстояния 5м на точность из 5 попыток. | 1-2 | 3-4 | 5 |

Тесты для оценки спортивно-технической подготовленности по баскетболу

| № | Тесты | уровни | | |
|---|--|--------------|------------|--------------|
| | | низкий | средний | высокий |
| 1 | Броски в движении от середины из 3-х попыток (к-во попаданий) | 1 | 2 | 3 |
| 2 | Штрафные броски (к-во попаданий из 10 бросков) | 3 | 4-5 | 6-10 |
| 3 | Ведение мяча – остановка (шагом, прыжком) – передача на точность из 10 попыток (по 5 каждой рукой +) с расстояния 3-4м в квадрат 50х50см (кол-во попаданий) | 5 | 6 | 7 |
| 4 | Ведение мяча, обводка пяти стоек бросок с правой стороны в корзину – подбор мяча – обводка штрафного круга левой (правой) рукой – бросок с левой стороны – подбор и ведение к противоположному кольцу – остановка и бросок с дистанции 2-3м от кольца (сек). За каждый промах к итоговому результату добавляется, 1 сек. | 30 сек. | 28 сек. | 26 сек. |
| 5 | Бег 30м | Более 7.5сек | 7.5-6.5сек | Менее 6.4сек |

Лист диагностики сформированности умений учащихся (2 год обучения)

| № | ФИ учащихся | Футбол | | | | Баскетбол | | | | |
|---|-------------|---------|----------------|--------------|-----------------|-------------------|-----------------|------------------|------------------|---------|
| | | Правила | Остановка мяча | Удар по мячу | Штрафные броски | Броски в движении | Штрафные броски | Ведение мяча (1) | Ведение мяча (2) | Бег 30м |
| | | | | | | | | | | |

Методическое обеспечение программы

Основной формой организации обучения детей спортивным играм является *занятие*. Его структура такова:

- вводная часть (вход в зал, построение, сообщение темы, инструктаж);
- разминка (различные виды ходьбы, бега, прыжков, построения и перестроения);
- основная часть (комплекс упражнений «Гимнастика для мозга», упражнения на различные группы мышц, специальные коррекционные упражнения с мячом и без него);

- подвижные и спортивные игры, эстафеты, упражнения в парах с мячами, соревнования по спортивным играм;
- заключительная часть (пальчиковые игры, игры малой подвижности, беседа, самомассаж, корригирующая гимнастика, релаксационные упражнения, дыхательные упражнения, построение, итоги занятия,).

Обозначенная структура может меняться в зависимости от задач конкретного занятия и формы его проведения. В занятия включаются познавательные беседы на разные темы: «Какие линии на поле», «История возникновения спортивных игр», «Правила спортивных игр», «Какие мячи бывают». На разминке используются упражнения из «Гимнастики для мозга», которые помогают формировать когнитивные функции и физическое развитие детей в целом.

Для более успешного комплексного решения задач физического развития и коррекционно-профилактической деятельности в ОУ на занятиях по спортивным играм используются следующие методы и приёмы:

- *пальчиковые игры* для развития мелкой моторики;
- *упражнения с мячами и без них* - для развития моторики, зрительного контроля и зрительного восприятия, когнитивной сферы, согласования и координации движений, чёткому выполнению инструкций (в т.ч. сложных, многоступенчатых), формирование навыков взаимодействия (в парах и группах), развитие произвольности. Упражнения с мячом направлены на отработку силы, точности движения, возможности определения себя и предмета в пространственном поле.
- *Комплекс упражнений «Гимнастика для мозга»* - для развития когнитивной сферы, активизация познавательных процессов, решения задач ориентировки в пространстве и в собственном теле дошкольников, координации и согласования движений;
- *дыхательные упражнения* – для оздоровления организма, развития дыхательной струи и навыков «правильного» дыхания, профилактика простудных заболеваний;
- *элементы ЛФК* - для развития и нормализации трофических процессов мышц туловища; создают благоприятные условия для увеличения подвижности позвоночника; вырабатывают общую и силовую выносливость мышц туловища и повышают уровень физической работоспособности;
- *корригирующая гимнастика* - для устранения имеющегося дефекта опорно-двигательного аппарата. В корригирующие упражнения включаются: упражнения на снятие статического напряжения аксиальной мускулатуры, позволяющие исправить положение позвоночника; упражнения на коррекцию положения плечевого пояса, снятие статического напряжения мышц плечевого напряжения; упражнения, способствующие улучшению кровоснабжения головного мозга; нижних и верхних конечностей;
- *самомассаж* - для оздоровления организма, снятия напряжения, профилактики заболеваний, активизации защитных сил организма;
- *релаксионные упражнения с элементами психогимнастики* направлены

на развитие ориентировки в пространстве и собственном теле, на снятие физического и эмоционального напряжения, сохранение здоровья; развитие воображения и творчества.

Программа включает в себя увеличенное использование игрового и соревновательного методов для оптимизации психоэмоционального фона физкультурно-спортивной деятельности дошкольников.

Ведущий принцип программы - индивидуальный подход к каждому воспитаннику. Основными условиями реализации программы являются: создание доброжелательных отношений как педагога с воспитанниками, так и воспитанников с педагогом, создание комфортного окружения. Решение оздоровительных задач в системе всей образовательной деятельности.

В программе для детей заложен адекватный возрасту и подготовленности воспитанников подбор режимов тренирующих воздействий и нагрузок спортивной направленности.

Формы работы, используемые на занятиях по спортивным играм, имеют широкое применение в повседневной жизни. Поэтому подвижные игры с элементами спортивных можно включать в программу спортивных и музыкальных развлечений и праздников ОУ, эстафеты, дружеские встречи с другими детьми из соседних детских садов.

Плодотворная работа по реализации этого направления спортивных игр невозможна без тесного взаимодействия всех педагогов ОУ и поддержки родителей.

Программа имеет обширное приложение:

Приложение 1. Перспективное планирование (1 год обучения).

Приложение 2. Перспективное планирование (2 год обучения).

Приложение 3. Психогимнастика

Приложение 4. Пальчиковые игры.

Приложение 5. Конспекты занятий.

Приложение 6. Конспекты спортивных развлечений

План воспитательной программы

| <i>№</i> | <i>Мероприятия в ДОУ</i> | <i>Форма участия</i> | <i>Время проведения</i> |
|----------|--|--|-------------------------|
| 1 | Спортивное развлечение «Пиратский замок» | Подготовка команды для участия в спортивной игре-путешествии | ноябрь |
| 2 | Кузбасская дошкольная лига спорта (КДЛС) | Подготовка команды для участия в «Веселых стартах» для КДЛС | февраль |
| 3 | Квест «Путешествие в страну здоровья» | Подготовка участников команды для участия в квесте | апрель |
| 4 | Игровой турнир «Охотники и утки» | Подготовка участников команды для участия в турнире | май |

Список литературы, используемой при составлении программы Литература для педагога

1. Бабенкова, Е.А. Как сделать осанку красивой, а походку лёгкой. [Текст] / Е.А.Бабенкова – М.,2008. – 56с.
2. Вавилова, Н. Е. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. [Текст] / Н. Е. Вавилова. – М.: Просвещение, 1981. – 82с.
3. Васильев, В. Е. Лечебная физическая культура. [Текст] / В.Е. Васильев. – М.: АРКТИ, 2006. – 74с.
4. Гришин, В. Г. Игры с ракеткой и мячом. [Текст] / В.Г.Гришин. – М.: Просвещение, 1982. – 65с.
5. Гришков, В. И. Детские подвижные игры. [Текст] / В.И.Гришков. – Новосибирск, 1992. – 112с.
6. Козырева, О.В. Лечебная физическая культура для дошкольников. Рабочая программа. [Текст] / О.В. Козырева. - М.: Просвещение, 2001. – 98с.
7. Кудрявцева, Г.Ю., Гимнастика для мозга. – Учебно- методические рекомендации. [Текст] / Г.Ю.Кудрявцева, О.В.Кузнецова. - Новокузнецк, 2008. – 44с.
8. Ленерт, Г. Спортивные игры и упражнения для детей дошкольного возраста. [Текст] / – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 89с.
9. Мирошниченко, Т. А. Система работы по внедрению здоровьесберегающей технологий в образовательном учреждении. [Текст] / Г.Ленерт. – Волгоград, «Корифей», 2007. – 96с.
10. Осокина, Т. И., Детские подвижные игры народов СССР. [Текст] / Т.И.Осокина. – М.: Просвещение, 1989. 57с.
11. Примерные требования к программам дополнительного образования детей [Текст] / приложение к письму Министерства образования РФ.- Дополнительное образование.- №3/07 С. 5-7.
12. Содержание, структура и оформление программ дополнительного образования детей [Текст] / Приложение к письму Министерства образования РФ от 11.12.06 №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования Тимофеева, Е. А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 1986. – 48с.
13. Фирилева, Ж.Е. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. [Текст] / Ж.Е.Фирилева, Е.Г. Сайкина. – СПб.: «Детство-пресс», 352с., ил.
14. Фомина, А. И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду. [Текст] / А. И.Фомина. – М.: Просвещение, 1984. 102с.
15. Фролов, В. Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. [Текст] / В. Г.Фролов. - М.: Просвещение, 1986. – 73с.

Литература для детей и родителей

1. Вавилова, Н. Е. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. [Текст] / Н.Е.Вавилова. - М.: Просвещение, 1983. – 66с.
2. Васильков, Г.А. Азбука мяча. [Текст] / Г.А.Васильков. - Киев: Здоровье, 1986. – 104с.
3. Гриневский, А. Н. Игры для детей. [Текст] / А.Н. Гриневский. – М.: Сфера, 1992. – 191с.
4. Демер, Р. Бегай, ползай, прыгай. [Текст] / Р.Демер. – М.: Физкультура и спорт, 1972. – 83с.
5. Кильпио, Н.Н. 80 игр для детского сада. [Текст] / Н.Н.Кильпио. - М: Просвещение, 1973. – 87с.
6. Козак, О. Н. Летние игры для больших и маленьких. [Текст] / О.Н.Козак. - Санкт- Петербург, «Союз», 1997г. – 142с.

