



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 11 «ЗЕМЛЯНИЧКА»**

П Р И К А З

от «10» октября 2023 г. № 131/1/од

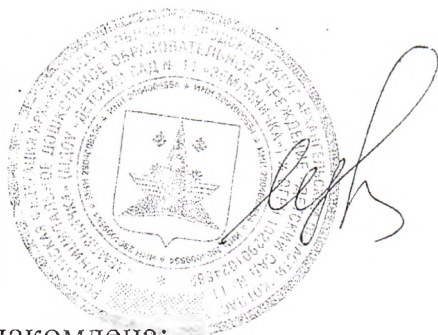
г. КОТЛАС

**Об утверждении дополнительной общеразвивающей
образовательной программы
МДОУ «Детский сад № 11 «Земляничка»**

В соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 12, 75, 101), приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» **приказываю:**

1. Утвердить дополнительную общеразвивающую образовательную программу «Оранжевый мяч».
2. Назначить ответственного за реализацию программы Зайцеву Полину Евгеньевну, воспитателя.
3. Обеспечить методическое сопровождение программы Вологжаниновой Е.Л., старшему воспитателю.
4. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий



Т.С. Щекина

С приказом ознакомлена:

« 10 » октябрь 2023

« 10 » октябрь 2023г

/ Зайцева П.Е./

/Вологжанинова Е.Л./

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
МДОУ «Детский сад № 11 «Зем-
ляничка»
Протокол № 2 от 10.10.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:

заведующий

МДОУ «Детский сад
№ 11 «Земляничка»

Щекина Т.С.

приказ № 131/1/од от 10.10.2023 г.



***Дополнительная общеразвивающая образова-
тельная программа
«Оранжевый мяч»
для детей 5-6 лет***

Срок реализации программы: 1 год

Авторы составители:

Зайцева Полина Евгеньевна,
Воспитатель,
Вологжанинова
Екатерина Леонидовна,
старший воспитатель

Реализует:

Зайцева Полина Евгеньевна,
воспитатель

г. Котлас
2023 г.

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебный план.....	8
3. Учебно-тематический план.....	8
4. Методическое обеспечение и условия реализации программы.....	10
5. Список информационных ресурсов.....	10
6. Приложение к программе	
Приложение № 1. Диагностика развития детей по реализации программы «Оранжевый мяч»	
Приложение № 2. Перспективный план работы	

1. Пояснительная записка

Программа гуманистически ориентирована, так как предлагаемая система работы с детьми разработана с учетом особенностей психомоторного развития обучающихся, реального уровня их физической подготовленности. Игры и эстафеты, подвижные игры с мячом дают возможность каждому ребенку познакомиться с элементами спорта, почувствовать важность участия в совместных действиях, помощи другу другу для достижения результата и успеха, т. е. приобщают детей к универсальным ценностям человеческой жизни, доброте, коллективизму, взаимопомощи.

Актуальность программы.

Исследования НИИ гигиены и профилактики заболеваний, состояние здоровья и физического развития детей - дошкольного возраста показывают, что функциональные возможности детей старшего дошкольного возраста не реализуются на должном уровне в процессе разных видов занятий по физической культуре. Кроме того, двигательная активность дошкольников за время пребывания их в детском саду составляет 50% периода бодрствования, что не позволяет полностью обеспечить биологической потребностью ребенка в движении. При недостатке двигательной активности влияющей на состояние здоровья и работоспособность растущего организма возникает целый ряд неблагоприятных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

Чтобы удовлетворить потребность детей в двигательной активности необходимо проводить дополнительные кружки по физическому развитию. С этой целью в нашем детском саду организован кружок «Оранжевый мяч», который предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья.

Работа такого кружка является одним из новых и эффективных средств повышения двигательной активности детей. В системе физического воспитания дошкольников действия с мячом занимают важное место. Мяч - это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания.

Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку.

Упражнения с мячами разного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживают позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

В действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. При передвижении по площадке ребенок упражняется в беге с ускорением, с изменением направления, в беге в сочетании с ходьбой, с прыжками, в беге с остановкой, в беге приставным шагом.

Включается в работу левая рука, что важно для полноценного физического развития ребенка. Развиваются не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивается подвижность в суставах кисти пальцев рук.

Структура занятий позволяет удовлетворить высокую двигательную потребность детей старшего дошкольного возраста.

При систематическом обучении дети без проблем совершают сложные координированные движения, начинают логически осмысливать свои действия, значительно улучшаются навыки владения мячом: свободно держать, передавать, бросать, вести мяч, следить за ним. Кроме того, правильно подобранные упражнения с мячом могут способствовать выработке таких психологических качеств, как внимательность, инициативность, целеустремленность. Особый интерес представляет использование игрового метода и упражнений из арсенала спортивных игр в системе физического воспитания детей старших и подготовительных групп в дошкольных образовательных организациях. Физкультурные занятия, построенные на использовании элементов спортивных игр и упражнений, в значительной степени способствуют повышению уровня физической подготовленности, физическому и психическому развитию, вызывают повышенный интерес к занятиям двигательной деятельностью у дошкольников.

Данная программа целесообразна т. к. при ее реализации эффективно используются упражнения и игры с мячом способствующие развитию технических и тактических навыков владения мячом. Поэтому освоенные детьми навыки владения мячом и умение играть в спортивные игры занимают одно из ведущих мест в физкультурно - спортивной работе с детьми дошкольного возраста.

Цель и задачи программы.

Цель: обогащение двигательного опыта детей за счет усвоения разнообразных действий с мячом.

Задачи:

Обучающие:

- научить детей владеть мячом на достойно высоком уровне;

Развивающие:

- развивать координацию движений, выносливость, быстроту ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры;

- формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, подача мяча, разучить индивидуальную тактику;

- умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом;

- развивать психофизические качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость;

- развивать координацию движений, ручную умелость.

Воспитывающие:

- формировать интерес к физическим упражнениям с мячом;

- воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели;

- воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях;

- воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Адресат программы

Программа «Оранжевый мяч» составлена для детей старшего дошкольного возраста 5-6 лет.

Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста от 5 до 6 лет

Ребёнок 5-6 лет стремится познать себя и другого человека как представителя общества (ближайшего социума), постепенно начинает осознавать связи и зависимости в социальном поведении и взаимоотношениях людей.

В этом возрасте в поведении дошкольников происходят качественные изменения - формируется возможность саморегуляции, т.е. дети начинают

предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми.

В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребёнка о себе. В 5-6 лет у ребёнка формируется система первичной гендерной идентичности, поэтому после 6 лет воспитательные воздействия на формирование её отдельных сторон уже гораздо менее эффективны.

Существенные изменения происходят в этом возрасте в детской игре, а именно в игровом взаимодействии, в котором существенное место начинает занимать совместное обсуждение правил игры. Усложняется игровое пространство.

Более совершенной становится крупная моторика. Представления об основных свойствах предметов ещё более расширяются и углубляются.

Дети хорошо усваивают названия тех дней недели и месяцев года, с которыми связаны яркие события. Внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Объём памяти изменяется не существенно. Улучшается её устойчивость.

В 5-6 лет ведущее значение приобретает наглядно-образное мышление, которое позволяет ребёнку решать более сложные задачи с использованием обобщённых наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и обобщённых представлений о свойствах различных предметов и явлений. Возраст 5-6 лет можно охарактеризовать как возраст овладения ребёнком активным (продуктивным) воображением, которое начинает приобретать самостоятельность, отделяясь от практической деятельности и предваряя её.

На шестом году жизни ребёнка происходят важные изменения в развитии речи. Для детей этого возраста становится нормой правильное произношение звуков. Словарь активно пополняется. Дошкольники могут использовать в речи сложные случаи грамматики. Строят игровые и деловые диалоги.

Принципы формирования групп, количества отбора обучающихся

Возможность использования в других образовательных системах:

Программа кружка «Оранжевый мяч» предназначена для обучающихся МДОУ «Детский сад № 11 «Земляничка».

Принцип набора обучающихся: свободный (программа не предъявляет требований к содержанию и объёму стартовых знаний).

Срок реализации программы: 1 год (32 занятия).

Форма организации и проведения деятельности обучающихся на занятии: занятия проводятся с группой детей до 12 человек.

Форма проведения занятий - занятие – игра.

Режим занятий: 1 раз в неделю по 25 минут.

Структура организации занятия.

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

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

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

Методы, приемы, средства воспитания, обучения и развития детей

- показ образца с одновременным объяснением, выполнением действий и включением в них детей;
- пояснение и показ упражнений, указания, поощрения;
- повторение упражнения;
- использование схематичных изображений - алгоритмов выполнения упражнений;
- творческие задания;
- игровые и соревновательные задания.

Планируемые результаты и способы их проверки

Предполагается, что дошкольники занимающиеся по программе кружка «Оранжевый мяч» освоят следующие навыки

владения мячом:

- ловить мяч кистями рук, не прижимая к груди, продвигаясь навстречу летящему мячу;
- бросать мяч согласовывая движения кистей рук и всего тела;
- сразу после ловли мяча посылать его партнеру или в цель, в более точном направлении и в более точном темпе;

при ведении мяча:

- сочетать ритм движения руки с ритмом работы ног;
- отбивать мяч двумя руками, правой и левой рукой на месте;
- ведение мяча попеременно правой и левой рукой;
- выполнять упражнения свободно, непринужденно, мяч не должен препятствовать бегу;

при бросании мяча в корзину:

- бросание мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча.

Диагностика результативности прохождения образовательной программы: педагогический анализ знаний, умений и навыков детей проводится 2 раза в год (стартовая диагностика и финальная диагностика).

(Приложение № 1. «Диагностика развития детей по реализации программы «Оранжевый мяч»). Результаты образовательного процесса отслеживаются путем наблюдения за детьми на занятиях.

2. Учебный план

Месяц	Блок	Общее количество занятий
октябрь	1. Блок «Свободная игра с мячом»	3
ноябрь		5
декабрь	2. Блок «Подготовительные упражнения и игры по обучению ловле и передачи мяча»	4
январь		3
февраль	3. Блок «Упражнения, подготавливающие к ведению мяча»	5
март		4
апрель	4. Блок. «Упражнения и игры, подготавливающие к броску мяча в корзину» Диагностика. Открытое занятие	4
май		4

3. Учебно-тематический план

Месяц	Блок	Общее количество занятий	Содержание	Количество занятий
октябрь	1. Блок «Свободная игра с мячом»	3	Диагностика	1
			- Техника безопасности. - Разминка - Свободное действие с мячом по одному	2
ноябрь		5	- Разминка - Бросание мяча вверх и ловля его двумя (одной) руками. - Бросание мяча вниз перед собой и ловля его двумя (одной) руками. - Перебрасывание мяча партнеру удобным для детей способом. - Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками. - Игры «Играй, играй, мяч не теряй», «Сделай фигуру»	5
декабрь	2. Блок	4	- Разминка	4

	«Подготовит ельные упражнения и игры по обучению ловле и передачи мяча»		- Бросание мяча вверх с ударом вниз об пол и ловля его двумя руками - Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его. - Бросание мяча вверх с хлопком за спиной и ловля его двумя руками. - Игры «Вызов по имени», «Подвижная цель», «Мяч водящему»	
январь		3	- Разминка - Удары мяча об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его. - Бросание мяча из-за головы двумя руками вдаль и через сетку. - Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. - Передача мяча по кругу вправо, влево (произвольным способом). - Игры «У кого меньше мячей», «Поймай мяч», «За мячом», «Обгони мяч»	3
февраль	3.Блок «Упражнения, подготавливающие к ведению мяча»	5	- Разминка - Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками из положения стоя. - Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками при ходьбе. - Удар мяча об пол правой рукой и ловля левой рукой, и наоборот.	5
март		4	- Разминка - Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой. - Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. - Ведение мяча на месте правой (левой) рукой) с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).	2
			- Разминка - Ведение мяча на месте поочередно правой и левой рукой - Чередование Подбрасывания мяча с ударами об пол. - Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом)	2
апрель	4. Блок. «Упражнения и игры, подготавливающие к броску мяча в корзину»	4	- Разминка - перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом) - Метание мяча в обруч, расположенный на полу (с расстояния 2-2,5 м.), снизу, сверху и из-за головы - Игры: «У кого меньше мячей», «Мяч в корзину»	4
май		4	- Разминка	2

			- Метание мяча в баскетбольный щит, установленный на разной высоте - Игры «Метко в корзину», «Чья команда больше»	
			Диагностика	1
			Открытое занятие	1

Для реализации программы разработан перспективный план работы
Приложение № 2.

4. Методическое обеспечение и условия реализации программы

Кадровое обеспечение

Реализовать программу может педагог, имеющий среднее специальное или высшее педагогическое образование, обладающий достаточными знаниями и опытом практической деятельности.

Материально-техническое обеспечение

Занятия предполагают наличие определённого помещения (физкультурного зала), удовлетворяющего санитарно-гигиеническим требованиям для занятий группы 12 человек.

Для реализации программы необходимо следующее **оборудование**:

- мячи баскетбольные № 5 – 12 шт.; можно использовать детские резиновые мячи диаметром 18-20 см;
- баскетбольная корзина (внутренний диаметр корзины 45 см, длина сетки 40 см), которая располагается на высоте не ниже 180 см и не выше 200 см над уровнем площадки;
- щиты размером 120х90 см;
- обручи, кегли, кубики.

Для реализации программы «Оранжевый мяч» используются методические материалы:

- разработки бесед с детьми, для знакомства с игрой баскетбол, футбол, пионербол;
- разработка комплексов общеразвивающих упражнений с мячом;
- картотека «Игры и эстафеты с мячом».

5. Список информационных ресурсов

1. Адашкявичене Э.И. Баскетбол для дошкольников: Из опыта работы, – М.: Просвещение, 1983.
2. Движение день за днём: комплексы физических упражнений и игр для детей 5-7 лет (с использованием вариативной физкультурно-игровой среды): /методические рекомендации для воспитателей ГОУ и родителей/ М.А. Рунова. – Москва: Линка-Пресс, 2007.
3. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет: программа, конспекты занятий, материалы для бесед, методика обучения в разновозрастных группах – М.: Просвещение, 2021

Приложение № 1

«Диагностика развития детей по реализации программы «Оранжевый мяч»

№	ФИ ребенка	Стартовая диагностика	Финальная диагностика

Уровни усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом Условные обозначения:

Низкий. Допускает ошибки в основных упражнениях с мячом. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке.

Средний. Технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом, проявляет усилия, активность и интерес. Способен оценить движения с мячом других детей, упорен в достижении своей цели. Может придумать и выполнить несложные действия с мячом.

Высокий. Технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет все упражнения с мячом. Правильно оценивает движения с мячом других детей. Проявляет элементы творчества в работе с мячом. Самостоятельно составляет простые варианты упражнений с мячом.