**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОД НОЯБРЬСК**

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Умка»**

**муниципального образования город Ноябрьск**

**«Рассмотрено» «Согласовано» «Утверждаю»**

на заседании зам. заведующего зав. МАДОУ «Умка»

педагогического совета \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.В. Клепикова

протокол №\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

от «\_\_»\_\_\_\_\_\_ 2017 г. от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_ 2017 г. от «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_2017 г.

председатель приказ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

педагогического совета

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по дополнительной образовательной программе**

**физкультурно-оздоровительной направленности**

**по раннему обучению игре в пионербол**

**«Пионербол»**

**1 занятие в неделю**

**(всего 37 занятий в год)**

**Составитель:** Новикова Н.А.

зам. зав. МАДОУ «Умка»

г. Ноябрьск, 2017 г.

**Пояснительная записка**

Дополнительная образовательная программа физкультурно-оздоровительной направленности «Школа мяча» представляет собой модифицированный вариант планирования образовательной деятельности в детском объединении – секции «Школа мяча», организованном по запросам родителей воспитанников. Составлена на основе Основной образовательной программы дошкольного образования МАДОУ «Умка», на основе учебно-методического пособия для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений под редакцией Николаевой Н.И. Школа мяча. – СПб.: Детство-Пресс, 2008. – 96 с.

*Актуальность*программы состоит в том, чтоигра в пионербол как одно из средств физкультурно-оздоровительной направленности способствует укреплению здоровья детей Крайнего Севера, которое является одним из наиболее чувствительных показателей, отражающих качество окружающей среды и адаптационные возможности организма ребёнка, в связи, с чем необходимо удовлетворить потребность детей в организованной двигательной активности.

*Методологические положения программы.*Программа по раннему обучению игре в пионербол «Школа мяча» разработана с опорой на теоретические и практические основы организации и методики обучения детей мини-волейболу и баскетболу. Эффективность использования действий с мячом как составной части двигательной деятельности детей старшего дошкольного возраста, игры с мячом изложены в пособии Адашкявичене Э.Й. «Баскетбол для дошкольников». В учебно-методическом пособии для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений под редакцией Николаевой Н.И. представлены тематическая программа и квартальный план по разделу «Школа мяча», подборка подвижных игр и игровых упражнений с мячом, конспекты занятий, позволяющие развивать координацию движений, глазомер и моторику детей дошкольного возраста.В главе «мини-волейбол» книги под редакцией Фурманова А.Г., Болдырева Д.М. «Волейбол» описаны правила игры, технические приёмы и тактические действия, игры и эстафеты, правила судейства. Правила игры проиллюстрированы, что облегчает усвоение учебного материала детьми. Теоретические основы физической культуры дошкольников, контрольные тесты и упражнения для проведения мониторинга являются неотъемлемой составной частью программы «Быстрый мяч» и основаны на учебном пособии для специалистов по физической культуре под редакцией Филипповой С.О., Пономарёва Г.Н. «Теория и методика физической культуры дошкольников».

Программа направлена на расширение диапазона двигательных возможностей детей, на работу по развитию двигательных качеств, формированию правильных элементов бега, прыжков, подачи мяча, его ловли и т.д., а также на развитие морально-волевых качеств, эмоциональное состояние, формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия, укрепление систем организма.

*Педагогическая целесообразность*программы заключается в том, что игра в пионербол способствуют формированию здорового, жизнерадостного, физически развитого ребёнка, владеющего доступными его возрасту знаниями о физической культуре и испытывающего желание заниматься физическими упражнениями.

*Цель программы* – повышение уровня физической подготовленности детей пяти-семи лет посредством игры в пионербол.

*Задачи программы:*

1. Научить детей играть в пионербол.

2. Способствовать воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, выносливости.

3. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: перемещение по площадке, передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование.

4. Содействовать развитию потребности в систематических занятиях пионерболом.

5. Вырабатывать такие морально-волевые качества, как выдержка, самостоятельность, уверенность, дисциплина, умение анализировать ситуацию.

6. Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

**Программа реализуется в течение 1 года, для детей запланировано 37 занятий в год (1 занятие в неделю), длительность каждого занятия 30 минут**.

*Особенностью организации учебного* процесса является то, что игра в пионербол командная, совместные действия игроков в ней обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, прыжки, метания, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнёров по игре. При занятии с учащимися данной возрастной группы большое значение имеет метод зрительного восприятия. Показ физических упражнений создает зрительное представление о физических упражнениях, демонстрация наглядных пособий помогает уточнять их технику. Методы двигательного восприятия основаны на активной деятельности детей и характеризуются многократным выполнением действия по строгой регламентации либо разучивании по частям или в целом. Игровой и соревновательный методы являются неотъемлемой частью при любой форме организации занятий.

*Формы подведения итогов реализации программы:*

1. Наглядная информация для родителей (презентации, фотовыставки).
2. Мероприятия для родителей (1 раз в квартал).
3. Открытый турнир по пионерболу (в конце учебного года).

*Целевые ориентиры:* овладение технико-тактическими приемами игры в «пионербол» на фоне положительной динамики физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста.

***Учебно-тематический план реализации программы***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Разделы** | **Количество занятий** | **В том числе, практические** |
| 1. | Знакомство с историей игры пионербол | 2 | 2 |
| 2. | Обучение технико-тактическим приёмам | 13 | 13 |
| 3. | Развитие и совершенствование основных видов движений | 9 | 9 |
| 4. | Основные правила техники безопасности | 2 | 2 |
| 5. | Подвижные и спортивные игры | 9 | 9 |
| 6. | Мониторинг физического развития | 2 | 2 |
|  | **Итого** | 37 | 37 |

**Содержание программы**

Обучение игре в пионербол включает в себя следующие разделы:

**Раздел «Знакомство с историей игры пионербол»**

Используя различные методы (слуховой, зрительный, игровой) восприятия, повысить интерес и мотивацию к занятиям в кружке, повысить начальные теоретические знания.

**Раздел «Обучение технико-тактическим приёмам»**

Теоретическое и практическое изучение техники и тактики игры позволяют решать поставленные задачи, освоить не только правила игры, но и индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

**Раздел «Развитие и совершенствование основных видов движений».**

В содержание данного раздела входят:строевые упражнения, упражнения для различных групп мышц, акробатические упражнения, подготовительные и специальные упражнения для развития быстроты, прыгучести, ориентировки в пространстве, координации; элементы легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, которые направлены на совершенствование физической подготовки детей.

**Раздел «Основные правила техники безопасности».**

На протяжении всего обучения дети знакомятся с основными правилами техники безопасности и используют их.

**Раздел «Подвижные и спортивные игры».**

Данный раздел направлен на развитие физических качеств занимающихся, дальнейшее закреплениетехнических приёмов и тактических действий, избежание однообразия и монотонности содержания занятий, повышение интереса к учебному процессу.

**Раздел «Мониторинг физического развития».**

С помощью контрольных тестовых упражнений выявляется начальный и конечный результаты учебной программы, результаты которых позволяют оценить не только количественные показатели, но и качественные характеристики выполняемых действий. Итоговый контроль служит основным показателем качества деятельности детей и педагога.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Планируемая и фактическая дата** | **№** | **Тема занятия** | **Содержание учебного материала и методические указания** |
| Сентябрь | 1 | Тестирование | Приём контрольных нормативов. |
| 2 | Тестирование | Приём контрольных нормативов. |
| 3 | «Пионербол» | Повторить с детьми правила игры пионербол; технику безопасности игры. Упражнять детей в передаче, ловле мяча, развивать ориентировку на площадке в игре «Займи свободный кружок». |
| 4 | «Ловкий мяч» | Упражнять в передаче мяча в парах, используя приставной шаг. Закрепить с детьми понятие «стойка игрока».  Упражнять в действиях с мячом: подбрасывать мяч вверх и ловить его одной рукой, двумя после отскока от пола, после двух и трех хлопков подряд.  В игре тройками «А ну-ка, отними!», подготавливать детей к блокированию. |
| Октябрь | 5 | «Ловкий мяч» | Закрепить приобретённые знания «стойки игрока»; развивать ловкость при подаче и ловле мяча. В игре «Мяч через сетку» (в четвёрках) способствовать развитию прыгучести, ловкости, координационных способностей. |
| 6 | Блокирование | Познакомить с технико-тактическим приёмом «блокирование» в игре пионербол. Способствовать развитию ориентированию в пространстве в игре «Ловишка с мячом». |
| 7 | Блокирование | Продолжать учить сложному приёму блокирование в игре «Перехвати мяч», «Отбей мяч»; развивать ловкость, координацию в играх «10 передач», «Мяч водящему». |
| 8 | Круговая тренировка | Упражнять в акробатических упражнениях (боковой перекат), развивать силу мышц рук в висе на кольцах, развивать прыгучесть. В игре «Гонка мячей по кругу» упражнять детей в ловкости, умении работать в команде. |
| Ноябрь | 9 | «Ловкие, быстрые» | Упражнять в перемещении с мячом, развивать скоростно-силовые качества в игре «Кто первый?» Броски мяча способом из-за головы в двойках, тройках. Способствовать развитию внимательности в игре «Вызов номеров». |
| 10 | Нападающий удар | В игре пионербол вспомнить с детьми об одном пасе в атаке. Обучить технике нападающего удара. В игре «Подвижная цель» способствовать развитию глазомера, ловкости, развития силы. |
| 11 | Строевые упражнения и команды | Закреплять умение ориентироваться в пространстве, быстро и чётко выполнять команды, строиться в колонну по 2,3,4, в 2 круга на ходу, быстро и уверенно выполнять команды. Закреплять умение непринуждённо двигаться по площадке в игре пионербол, зная зоны и правила перемещения. |
| 12 | В «тренажёрном зале» | Создать непринуждённую и уютную обстановку в тренажёрном зале. Способствовать развитию прыгучести на батуте; глазомера, ловкости при бросании малого мяча в «целеброс»; научить расслаблению и массажу в сухом бассейне, развивать силовые качества на кольцах (использовать групповой способ действия). |
| Декабрь | 13 | «Развиваем силу, скорость, ловкость» | Формировать навык прыжка в высоту с места, помня о технике безопасности при выполнении прыжков. Развивать координацию и вестибулярный аппарат при прыжках с поворотом. Закреплять умение передавать мяч в движении. В игре «Мяч водящему» учить работать в команде, стремиться к победе. |
| 14 | «Пионербол» | Закрепить знания детей о расстановке игроков на поле, их перемещении, о выходе мяча из игры, правилах подачи, передачи мяча. В игре «снайперы» упражнять в умении уворачиваться от двух мячей, бросающим соблюдать технику безопасности. |
| 15 | Потеря права на подачу | Способствовать развитию скорости, ловкости в челночном беге. Познакомить детей с основными правилами потери права мяча на подачу. В игре «Передал – садись» учить регулировать силу броска, быть внимательным, учить группироваться. |
| 16 | «Весёлая скакалка» | Упражнять в прыжках через скакалку, используя разные способы. Развивать прыгучесть, ловкость, выносливость. В игре «Часы пробили ровно час...» учить действовать по сигналу, прыгать в паре. |
| Январь | 17 | Действия с мячом | Упражнять в подаче и блокировании мяча, действуя в паре. В играх «У кого меньше мячей?», Борьба за мяч» сочетать свои действия с действиями других игроков команды, учить работать в команде. |
| 18 | «Меткий, быстрый, ловкий» | Упражнять в метании малого мяча в вертикальную цель, развивать координацию в челночном беге «Быстро возьми – быстро положи». Закреплять умение выполнять верхнюю и нижнюю подачу мяча. В игре «Вышибалы с 2 мячами» закреплять умение детей быстро уворачиваться, соблюдая технику безопасности. |
| 19 |
| Февраль | 20 | «Учимся, играя» | Упражнять в приёме мяча снизу двумя и одной рукой. В игре «Мяч через сетку» учить использовать разные способы подачи и приёма мяча. Объяснение термина «потеря подачи». В игре «Вышибалы» упражнять не только в увёртывании от мяча, но и в его ловле. |
| 21 | «Весёлые старты с мячом и скакалкой» | Создать радостную и непринуждённую обстановку, в которой закрепить все приобретённые умения и навыки упражнений с мячом и скакалкой. Воспитывать потребность в систематичных занятиях физкультурой. |
| 22 | «Пионербол» | Продолжить упражняться и использовать ранее разученные технические приёмы: подача и приём мяча, нападающий удар, перемещение по площадке, пас, блокирование, правила трёх передач, перемещение по площадке. Отрабатывать приобретённые навыки. Воспитывать уважительное отношение друг к другу и не спорить с судьёй. |
| 23 |
| Март | 24 | «Круговая тренировка» | Способствовать развитию физических качеств, используя различный инвентарь и оборудование: упражнять в прыжках, группировке в пролезании, забрасывании малого мяча в «целеброс», боковом перекате. Использовать игровые упражнения с прыжками, метаниями и бросками разных мячей в цель и на дальность. Способствовать развитию внимательности в играх «Кого назвали, тот и ловит», «Бег по расчёту». |
| 25 | «Быстрый мяч» | Упражнять в перемещении с мячом в игре. Закреплять умение выполнять подачу и приём мяча. В игре «Снайперы» упражнять детей в быстроте реакции, ловкости, владении мячом. |
| 26 | «Пионербол» | Упражнять в технике быстрой атаки. Закреплять технику перемещений и владение мячом. Использовать игровые упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости*.* Совершенствовать приобретённые навыки игры. |
| 27 | Учебно-тренировочные игры | Продолжить выполнение с детьми строевых, акробатических упражнений. Способствовать развитию выдержки, дисциплины. Закреплять приобретённый навык владения мячом, скакалкой. Использовать игры «Ловец с мячом», «10 передач», «Мяч капитану». |
| Апрель | 28 | Подготовка к открытому турниру по пионерболу | В разминке использовать все виды ходьбы и бега, упражнения на все группы мышц. Воспитывать уважительное отношение к соперникам. Вспомнить и подытожить все изученные правила игры. Закрепить знания о технике безопасности в игре. Играть в пионербол. |
| 29 | «Пионербол» | Упражнять детей в скоростно-силовых, координационных качествах, ловкости. Совершенствовать приобретённые навыки владения мячом на данном возрастном уровне. |
| 30 | «Круговая тренировка» | Упражнять в акробатических упражнениях (боковой перекат), развивать силу мышц рук в висе на кольцах, развивать прыгучесть. В игре «Гонка мячей по кругу» упражнять детей в ловкости, умении работать в команде. |
| 31 |
| 32 | «Пионербол» | Автоматически применять изученные приёмы, совершенствоваться в игре. Совершенствоваться в двухсторонней игре, довести навык до умения автоматически применять изученные приемы. |
| 33 |
| Май | 34 |
| 35 | Открытый турнир по пионерболу | Привлечь родителей, учащихся первых классов к совместной деятельности, показать итог годовой работы с дошкольниками. Воспитывать радость от спортивной игры, потребность в систематических занятиях спортом. Закреплять умение выбирать целесообразные способы и ситуации действий с мячом. |
| 36 | Тестирование | Приём контрольных нормативов. |
| 37 | Тестирование | Приём контрольных нормативов. |

**Уровни освоения программы:**

**Низкий.** Неуверенно выполняет сложные упражнения с мячом. Не замечает своих ошибок. Не обращает внимание на качество действий с мячом. Не соблюдает заданный темп и ритм работы с мячом.

**Средний.** Технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Не совсем уверенно и точно выполняет действия с мячом в заданном темпе.

**Высокий.** Уверенно, точно технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом. Способен придумать новые варианты действий с мячом.

|  |
| --- |
| *Отбивание мяча правой и левой рукой на месте и в движении разными способами*  Высокий уровень – более 10 раз  Средний уровень – от 3 до 10  Низкий уровень - менее 3 |
| *Перебрасывание мяча через сетку разными способами и ловля*  Высокий уровень – уверенное владение всеми способами  Средний уровень – уверенное владение способами частично  Низкий уровень - неуверенное владение |
| *Нападающий удар*  Высокий уровень – уверенное владение всеми способами  Средний уровень – уверенное владение способами частично  Низкий уровень - неуверенное владение |
| *Передача мяча друг другу*  Высокий уровень – уверенное владение мячом, проявляет усилия, нет потеря мяча  Средний уровень – не совсем уверенно и точно выполняет действия в заданном темпе, 1-2 раза потерял мяч.  Низкий уровень - неуверенное владение |
| *Подбрасывания мяча с хлопками в движении*  Высокий уровень – уверенное владение мячом, не менее 5 раз подряд, без потери мяча  Средний уровень - ловит и бросает мяч, удерживает кистями рук, не менее 3 раз подряд. 2 раза потерял мяч.  Низкий уровень – неуверенное владение мячом |
| *Подбрасывание и ловля мяча двумя руками на месте*  Высокий уровень – уверенное владение мячом, не менее 5 раз подряд, без потери мяча  Средний уровень - ловит и бросает мяч, удерживает кистями рук, не менее 3 раз подряд, 2 раза потерял мяч.  Низкий уровень – неуверенное владение мячом |

**Диагностические таблицы освоения детьми дополнительной образовательной программы физкультурно-оздоровительной направленности «Пионербол»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя ребенка | *Отбивание мяча правой*  *и левой рукой на месте*  *и в движении разными*  *способами* | *Перебрасывание мяча через сетку разными способами и ловля* | *Нападающий удар* | *Передача мяча друг другу* | *Подбрасывания мяча с хлопками в движении* | *Подбрасывание и ловля мяча двумя руками на месте* | Уровень развития |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Список литературы**

1.Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: Кн. Для воспитателя дет.сада. – М.: Просвещение. 1992, 1992. – 159 с.

2.Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя дет.сада. – М.: Просвещение, 1981. – 96 с.

3.Воротилкина И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении: Метод пособие. – М.: Изд-воНЦ ЭНАС,2006. – 144с.

4.Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности и спорте: Учебное пособие для студ. высших.учеб. завед. – М.: Академия, 2002. – 296 с.

5.Клещев Ю.Н., Фурманов А.Г. Юный волейболист. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 231 с.

6.Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ. – Волгоград: Учитель, 2007. – 238 с.

7.Николаева Н.И. Школа мяча. – СПб.:Детство-Пресс, 2008. – 96 с.