

**Приложение
к приказу МАДОУ «Умка»
от 02.10.2023 №315-од**

Рассмотрено:

На заседании педагогического
Совета протокол № 1
от 31.08.2023
Председатель педагогического
Совета
Н.А. Новикова _____

Согласовано:

заместитель заведующего
МАДОУ «Умка»
Н.А. Новикова _____
от 31.08.2023

Утверждено:

Заведующей МАДОУ «Умка»
С.В. Клепикова _____
от 02.10.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по дополнительной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности
«Пионербол» для детей дошкольного возраста с 6 до 7 лет**

**1 занятие в неделю
(всего 37 занятий в год)**

**Составитель: Новикова Н.А.
зам. зав. МАДОУ «Умка»**

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Школа мяча» представляет собой модифицированный вариант планирования образовательной деятельности в детском объединении – секции «Школа мяча», организованном по запросам родителей воспитанников. Составлена 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.

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими **нормативными документами:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей, и молодежи», которые утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28;
- Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2).
- Закон Об образовании в Ямало-Ненецком автономном округе от 19.06.2013 №55-ЗАО;
- Устав МАДОУ «Умка»;
- Программа развития МАДОУ «Умка»;
- Дополнительная образовательная программа.

Актуальность программы состоит в том, что игра 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. Выбатывать 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 уворачивании 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 систематических 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 вися 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 приёмы.
	33		
34			
Май	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

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.