

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №112

Принята
На заседании
Педагогического совета
Протокол №2 от 19.12.2017



Утверждена
приказом №88 от 26.12.2017
Заведующий
Ковалева Е.В.

Дополнительная образовательная
(общеразвивающая) программа
по обучению игре пионербол

Составитель
Инструктор по физической культуре
- Латышева Юлия Владимировна

Ангарск 2017г

Содержание:

Актуальность.....	3
1. Целевой раздел	
1.1. Пояснительная записка.....	4
1.1.1. Цели и задачи программы.....	4
1.1.2 Принципы и подходы дополнительной образовательной программы.....	5
1.2. Требования к уровню подготовленности занимающихся.....	6
2.Содержательный раздел	
2.1. Структура и построение занятий по обучению в пионербол.....	7
2.2. Методика обучения игре в пионербол.....	7
2.3. Особенности развития моторики детей старшего дошкольного возраста..	9
3. Организационный раздел	
3.1. Требования к организации и проведению занятий.....	10
3.2. Учебно-тематический план.....	10
3.3. Содержание программного материала.....	11
3.4. Календарно-тематическое планирование.....	13
3.4. Материально-техническое обеспечение процесса обучения.....	14
Литература.....	15
Приложение	

Актуальность

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, 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 «Пионербол», который предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями детей, учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

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

Упражнения с мячом способствуют развитию глазомера, координации, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом развивают все группы мышц, что способствует выработке правильной осанки, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение.

Кроме того, упражнения с мячом способствуют выработке психологических качеств: внимательность, инициативность, целеустремленность. Так, как пионербол – это командная игра у детей воспитывается товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, решительности, смелости. Дети учатся управлять своими движениями в разнообразных условиях, в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях.

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Программа «Пионербол» является программой дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности для детей старшего дошкольного возраста. Она рассчитана на 36 занятий в год (1 раз в неделю).

Особенностью программы является то, что она, основываясь на курсе обучения игре в пионербол, раскрывает обязательный минимум учебного материала для такого рода программ. Курс обучения игре в пионербол и технические приемы, которые в ней задействуются, содержат в себе большие возможности не только для формирования двигательных навыков у детей и развития их физических способностей, но и также служат примером нравственного воспитания учащихся.

Программа реализуется поэтапно. На начальной ступени обучения у детей создается интерес к игре через беседы, показ иллюстраций, фотографий. Затем дети знакомятся с физическими упражнениями, преимущественно в игровой форме. Они должны понять важность правильного выполнения движений. Далее дети поэтапно разучивают и осваивают двигательные действия до уровня умений. К концу освоения программы двигательные умения перерастают в устойчивые навыки. При организации и проведении занятий физической культурой в образовательном учреждении следует строго соблюдать установленные санитарно-гигиенические требования и правила безопасности.

Программа «Пионербол» включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в пионербол. В практической части изучаются технические приемы и тактические комбинации, а также упражнения специальной физической подготовки детей. На занятиях с детьми акцентируется внимание на комбинированные упражнения и учебно-тренировочные игры, поэтому на эти разделы программы отводится большее количество часов. Формой подведения итогов реализации программы является участие детей в соревнованиях по пионерболу среди детей дошкольного возраста.

1.1.1. Цели и задачи программы

Цель программы: содействие всестороннему гармоничному развитию личности ребенка, укреплению здоровья, обогащение двигательного опыта за счет усвоения действий с мячом, обучение техническим и тактическим приемам игры в пионербол, приобщение к здоровому образу жизни.

Для достижения поставленной цели определила следующие задачи:

Задачи:

Оздоровительные:

1. Содействовать укреплению здоровья, функциональному развитию всех органов и систем организма ребенка
2. Способствовать гармоничному развитию мышечной силы, выносливости, быстроты, ловкости, координации движений, ориентировке в пространстве
3. Развивать навыки правильной осанки

Образовательные

1. Научить владению мячом на высоком уровне
2. Сформировать общие представления о технике и тактике игры в пионербол
3. Вооружить знаниями о правилах техники безопасности, профилактике травматизма на занятиях

Воспитательные

1. Формировать интерес к физическим упражнениям с мячом
2. Воспитывать умения играть в команде, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложной ситуации
3. Воспитывать выдержку, самостоятельность, организованность

1.1.2. Принципы и подходы дополнительной образовательной программы

- Непрерывности процесса обучения между целями, задачами и содержанием разделов программы;
- Последовательности, от простого к сложному, от знакомого к неизвестному;
- Индивидуализации и дифференциации воспитания и обучения обеспечивает развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями
- Целостности процесса обучения, предполагающей интеграцию основного и дополнительного образования;

3.4. Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Основные положения правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока.	1	3.09.2019
2	Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Переход.	1	10.09.2019
3	Перемещение по площадке. Переход. Силовые упражнения для рук, ног, туловища.	1	17.09.2019
4	Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, через сетку. ОФП. Игра «Вызов номеров».	1	24.09.2019
5	Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах. Бег на 5м, 10м.	1	1.10.2019
6,7,8	Подача мяча. Упражнения с набивным мячом. Прием мяча после подачи, перемещения. Бег с остановками и изменением направления.	3	8.10.2019 15.10.2019 22.10.2019
9, 10	Передача мяча в парах, в тройках, двумя руками. Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища.	2	29.10.2019 5.10.2019
11,12	Передача мяча через сетку с места. Прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	2	12.10.2019 19.10.2019
13,14	Перемещение вперед, назад, правым боком, левым. Силовые упражнения для рук. Чередование перемещений. Развитие координации	2	26.10.2019 3.12.2019
15, 16,17	Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивным мячом.	3	10.12.2019 17.12.2019 24.12.2019
18,19, 20,21	Обучение нападающему броску с места, после двух шагов в прыжке. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей. Прыжковые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	4	14.01.2020 21.01.2020 28.01.2020 4.02.2020
22, 23	Подача мяча по зонам. Закрепление приема, подачи мяча. ОФП. Прыжки на скакалке	2	11.02.2020 18.02.2020
24,25, 26	Учебно-тренировочная игра. Взаимодействие игроков. Формирование навыков командных действий.	3	25.02.2020 3.03.2020 10.03.2020
27	Обучение приему мяча от сетки. Обучение действиям игрока в защите	1	17.03.2020
28,29	Учебно-тренировочная игра. Прием мяча в падении. Передача мяча. Взаимодействие игроков. Развитие силовых способностей. Закрепление технических приёмов в защите. Упражнения на координацию.	2	24.03.2020 31.03.2020

30	Обучение тактическим действиям при выполнении передач. Страховка игрока слабо принимающего подачу.	1	7.04.2020
31	Обучение тактическим действиям при выполнении передач. Закрепление нападающего броска. Круговая тренировка	1	14.04.2020
32,33	Учебно-тренировочная игра. Обучение командным тактическим действиям. Правила проведения соревнований. Нарушения. Жесты судьи.	2	21.04.2020 28.04.2020
34	Учебная игра с самостоятельным применением технико-тактических приемов. Самостоятельное судейство	1	12.05.2020
35	Обследование двигательных умений и навыков движений с мячом	1	19.05.2020
36	Обследования технических приемов игры	1	26.05.2020
	итого	36	

3.2. Учебно-тематический план

№	Раздел программы	Количество часов
I	<u>Основы знаний:</u> 1. Понятие о технике и тактике игры 2. Правила игры в пионербол 3. Предупреждение травматизма 4. Правила соревнований	2
II	Специальная физическая подготовка	4
III	Технические и тактические приемы игры 1. подача мяча 2. Передача (пас) 3. Нападающий бросок 4. Комбинированные упражнения 5. Учебно-тренировочные игры 6. Судейство игр	28 4 4 4 4 10 2
IV	Требования к уровню подготовленности (тестирование)	2
	Всего часов	36

