Дополнительная образовательная программа
«Школа мяча»

Наименование программы: Дополнительная образовательная программа Секция «Школа мяча»

Краткое описание:

В данной программе представлены содержание и методические рекомендации по развитию физических способностей детей 5-7 лет. Через знакомство детей с историей возникновения мяча, игры в баскетбол, игры в волейбол, футбол, правилами командной игры, обучение детей техническим навыкам владения мячом, обогащение двигательного опыта детей за счет усвоения разнообразных действий с мячом на достаточно высоком уровне.

Полное описание:

Чтобы удовлетворить потребность детей в двигательной активности необходимо проводить дополнительные кружки по физическому развитию. С этой целью в нашем детском саду организован кружок «Школа мяча», 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 с 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. 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.

Направленность: физкльтурно-спортивное направление
Учебный план: (прилагается)
Форма реализации: подгрупповая
Форма обучения: очная

Вид деятельности: образовательная
Преподаватели: Лоленко Ольга Николаевна
Продолжительность: 9месяцев, 2 учебных лет
Возрастная категория: 5-7 лет
Максимальная наполняемость групп: 10 чел.
Доступность детям с ОВЗ: доступна
Стоимость: 70 рублей за занятие

Материально-техническая база:
Мяч футбольный для зала детский
Мяч футбольный для асфальта детский
Мяч волейбольный детский
Мяч баскетбольный детский
Ворота футбольные переносные
Баскетбольный щит регулируемый
Сетка многофункциональная

Ожидаемые результаты:
Образовательный эффект:
повышение уровня двигательной активности, формирование двигательных умений и навыков,
укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях, умение чувствовать себя комфортно
в большом коллективе, умение владеть мячом на достаточно высоком уровне.

1. Укрепление здоровья детей.
2. Повышение уровня двигательной активности.
3. Формирование двигательных умений и навыков, укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях.
4. Формирование умения владеть мячом на достаточно высоком уровне.

Социальный эффект:
1. Формирование умений чувствовать себя комфортно в большом коллективе.
2. Повышение уверенности и активности детей.
3. Развитие личностно-лидерских качеств у дошкольника.
4. Развитие познавательного интереса детей, желания к познанию нового, неизвестного.