

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА ДЕТСКИЙ САД № 442
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА «КОРАБЛИК»

Принято Советом педагогов

протокол № 1

от « 31 » *августа* 2017г.



Программа кружка «Юный баскетболист»

Возрастная группа: воспитанники 5-7 лет

Автор-составитель: Инструктор по физической культуре Плечкова Г.И.

Первая квалификационная категория

Новосибирск - 2017

Содержание

- 1. Пояснительная записка.**
 - 1.1. Нормативно-правовые документы
 - 1.2. Цель и задачи программы
 - 1.3. Сроки реализации программы кружка
 - 1.4. Формы и методы обучения
 - 1.5. Ожидаемые результаты
- 2. Содержание образовательного процесса.**
 - 2.1. Формы и методы работы.
 - 2.2. Календарно-тематическое планирование
 - 2.3. Содержание обучения
 - 2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.
 - 2.5. Психолого-педагогические особенности детей старшего дошкольного возраста.
- 3. Организация образовательного процесса.**
 - 3.1. Материально-техническое обеспечение программы:
 - 3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания:
 - 3.3. Организация занятий кружка «Юный баскетболист»:
 - 3.4. Традиционные события, праздники, мероприятия:
 - 3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды
- 4. Приложения**

1. Пояснительная записка

1.1. Нормативно-правовые документы.

Деятельность кружка «Юный баскетболист» регулируется документами:

-Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ;

-Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013г. N1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Лицензия ДОУ;

- Устав ДОУ;

- Образовательная программа МКДОУ д/с № 442;

- Программа кружка «Юный баскетболист».

Программа кружка предназначена для детей старшего дошкольного возраста – 5-7 лет. Работа кружка «Юный баскетболист» - это свободное объединение детей в группу для занятий, на основе общего интереса детей и пожелания родителей.

Работа осуществляется в течение учебного года руководителем кружка, в соответствии с направлением деятельности кружка.

Программа кружка «Юный баскетболист» ориентирует на оптимизацию деятельности педагогов по обучению старших дошкольников элементам спортивной игры и упражнений, достижению «запаса прочности» здоровья у детей, развития их двигательных способностей, улучшения физической подготовленности.

Актуальность.

Сегодня мы всё чаще слышим слово «гиподинамия», что означает «недостаток движения». Не секрет, что дети большую часть времени дома, проводят в статическом положении (у телевизора, у компьютера). Это увеличивает статическую нагрузку на определённые группы мышц и вызывает их утомление. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечёт за собой нарушение осанки, плоскостопие, задержку возрастного развития, быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Отклонения в опорно-двигательном

аппарате, являются первопричиной многих болезней, которые не поддаются медикаментозному лечению. В настоящее время отклонения физического развития детей дошкольного возраста, по исследованиям специалистов составляет более 24%. У 12% детей наблюдается дефицит массы тела. За последние 5 лет выросло число детей с избытком массы, каждый третий имеет диагноз «ожирение» 1-2 степени.

Одной из причин является малоподвижный образ жизни. На смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные, в которые ребенок предпочитает играть в одиночку, проводя за этим занятием порой несколько часов. Да, и у родителей приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Не отрицая их значимости, надо признать, что у ребенка остается все меньше времени для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Нарушение баланса между игрой и другими видами детской деятельности, между разными видами игр (подвижными и спокойными, индивидуальными и совместными) негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне двигательных способностей дошкольников. Ведь чем быстрее ребенок совершенствуется физически, тем интенсивнее развивается его мозг.

Таким образом, интеллектуальное развитие ребенка, его потенциальные познавательные способности напрямую зависят от степени его физического совершенства. Известно также, что в школе тенденция ухудшения здоровья детей с возрастом усиливается, дети приобретают ряд физических недостатков и вредных привычек. Поэтому необходимо в стенах ДОУ создавать «переходный мостик» психической и физической готовности к школе, чтобы первоклассник мог выдержать существенное напряжение, обусловленное школьной программой.

Поэтому АКТУАЛЬНОСТЬ проблемы малоподвижного образа жизни в обществе стоит очень остро. И нужно искать пути физического оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной сферы ребенка. Безусловно, есть множество методик и технологий работы с дошкольниками по физическому воспитанию и развитию, но для себя я определила наиболее эффективный путь развития физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости) через обучение дошкольников спортивным играм с мячом – в частности обучение элементам игры в баскетбол. В современных программах по физическому воспитанию отводится недостаточное количество часов по обучению старших дошкольников элементам спортивных игр с мячом.

С этой целью в модифицированной программе «Обучение элементам баскетбола» разработаны подводящие упражнения и систематизированы

подвижные игры на развитие физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости). В основе программы лежит программа Адашкявичене Э. Й. «Баскетбол для дошкольников», а также программа дополнительного образования «Играйте на здоровье» Л.Р. Волошиной.

Дополнительная образовательная программа является модифицированной и направлена на укрепление здоровья, улучшение общей физической подготовленности детей, развитие двигательных способностей в выполнении широкого спектра технических и тактических навыков владения мячом, в соответствии с установкой игровой ситуации.

Программа полностью построена на подвижных играх с элементами спорта и игровых упражнениях. В этом заключается НОВИЗНА программы. Со спортивными играми дети встречаются довольно часто, дети берут в руки мяч, подражая взрослым, поэтому в детском саду они легко откликаются на спортивные игры с мячом. Можно, не преувеличивая, утверждать, что игры с мячом - прекрасное средство физического развития и укрепления здоровья. В играх и действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. Игры с мячом это своеобразная комплексная гимнастика. В играх с мячом движения совершаются в постоянно изменяющейся обстановке.

Это способствует формированию у детей дошкольного возраста умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры. У них слабо развита способность к точным движениям, поэтому любые движения с мячом оказывают положительное влияние на развитие этого качества. В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку. Необходимость принимать быстрые, разумные решения, правильно их реализовывать в игре способствует воспитанию уверенности, решительности. Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации их проведения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка. Упражнения с мячами разного веса и объема, развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей, что особенно важно для шестилетнего ребенка, готовящегося к обучению в школе. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует развитию центральной нервной системы и всего организма.

Цель и задачи программы.

Цель программы: развитие двигательных навыков и умений в процессе обучения детей элементам спортивной игры баскетбол.

Задачи:

Обучающие:

формирование устойчивого интереса к игре с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности при игре в баскетбол.

Развивающие:

- обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями, содействие развитию двигательных способностей; обучение правильной технике выполнения элементов спортивной игры;
- развитие психических процессов: восприятия, внимания, памяти, мышления.

Воспитательные:

- Воспитание положительных морально-волевых качеств.
- Формирование навыков и стереотипов здорового образа жизни.

1.3 Сроки реализации программы кружка

Программа кружка «Юный баскетболист» рассчитана на 1 год. Программа ориентирована на формирование у детей самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своем здоровье.

Ожидаемые результаты.

1. Знает правила игры баскетбол.
2. Владеет техникой ведения мяча, передачи, ловли и забрасывания в корзину.
3. Ориентируется при передвижении по площадке, в сочетании с ходьбой, бегом, прыжками, остановками и поворотами в различных направлениях.
4. Принимает правила игры, умеет играть в команде.
5. Проявляет выдержку, дружеское отношение к соперникам.

Итоговые результаты деятельности дополнительной образовательной программы предоставляются для родителей (законных представителей) на открытых спортивных мероприятиях.

Оценка результатов.

В конце учебного года (в апреле-мае) определяется уровень развития детей по данному направлению.

Методы определения уровня усвоения программного содержания:

-наблюдение, беседа, анализ результатов продуктивной деятельности;

-мониторинг уровня развития основных видов действий с мячом:

1. умения ловить и подбрасывать мяч;
2. умения отбивать мяч об пол одной рукой;
3. техника выполнения броска мяча по кольцу;
4. основных видов передач мяча в парах;
5. ведения мяча между предметами.

№ п/п	Ф. и. о. Ребенка	Умение ловить и подбрасывать мяч		Умение отбивать мяч об пол одной рукой		Выполнение броска мяча по кольцу		Ведение мяча между предметами		Основные виды передач в парах	

Условные обозначения:

 - Низкий уровень.

 - Средний уровень.

 -Высокий уровень.

Характеристики уровней:

Низкий – неуверенное выполнение упражнений с мячом, не замечает своих ошибок, не обращает внимание на качество действий с мячом, не соблюдает заданный темп и ритм упражнений.

Средний – технически правильно выполняет большинство действий с мячом, верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки, не совсем уверенно и четко выполняет действия с мячом в заданном темпе и ритме движений.

Высокий – уверенно, точно, правильно в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом, ребенок способен придумать новые варианты действий с мячом.

Требования к уровню развития воспитанников:

К концу года обучения у детей должны быть:

1. Сформированы навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину и умения применять их в игровой ситуации;
2. Обучены передавать, ловить, вести и бросать мяч в корзину, сочетая эти действия между собой, а также с другими действиями с мячом и без него;
- 3 Сформировано умение выбирать наиболее целесообразные действия в игровых ситуациях;
4. Обучены ориентироваться на площадке, быстро находить свободное, более удобное место для успешного ведения игры;
5. Воспитано умение играть коллективно, подчиняя собственные желания интересам коллектива;

2. Содержание образовательного процесса.

1.1. Формы и методы работы.

Наглядные: показ движения, слуховые и зрительные ориентиры, имитация.

Словесные: название упражнения, объяснение, указания, пояснения, распоряжения, команды, описание, анализ действия, оценка, вопросы к

детям, словесные инструкции.

Практические: выполнение упражнений без изменений и с изменениями, практическое опробование, проведение упражнений в игровой и соревновательной форме, выполнение упражнений в различных условиях.

Технологии используемые при реализации программы:

Участники образовательного процесса: воспитанники, родители, педагоги.

Организация учебно-воспитательного процесса:

- Количество детей: 12-14.
- Вид групп: экспериментальный.
- Состав групп: постоянный.
- Особенность набора: свободный, по желанию детей и родителей.
- Форма детского объединения: секция.
- Срок обучения: один год
- Возраст: 5-7 лет.
- Время проведение: после обеда.
- Группа: старшая, подготовительная.
- Место проведения занятий: физкультурный зал.
- Формы работы с детьми: групповая, подгрупповая, индивидуальная.

Организационно-методическое обеспечение программы.

Мотивационные условия:

Для формирования мотивации используется разнообразие действий, разнообразие игровых ситуаций, а также «фактор необычности»: при выполнении привычных действий детям предлагаются усложненные варианты с мячом:

- ведение мяча с обусловленной реакцией на звуковые или зрительные сигналы;
- ведение мяча с сопротивлением или с дополнительными заданиями;
- комбинированные игры – эстафеты;
- игровые задания: «Мяч между кеглями», «По узкой дорожке», «Точно в цель» и т.д.

В работе с детьми применяется метод поощрения. Он заключается в том, что дети сами выбирают лучшего спортсмена и дают фишки тому, кто, по их мнению, не допустил ошибки за время тренировки.

Научно-методические условия:

учебно-дидактический материал: карточки-задания, схемы, рисунки, фотографии, модели.

1.2. Календарно-тематическое планирование работы кружка «Юный баскетболист».

СЕНТЯБРЬ: мониторинг двигательных навыков

ОКТЯБРЬ:

Беседа: «Как появился баскетбол».

Передвижения приставным шагом (правым, левым боком; вперед, назад).
Остановка прыжком. Прокатывание мяча. Отработка постановки руки при ведении мяча. Подбрасывание и ловля.

Подвижные игры: «Зверушки на разминке», «Играй – играй – мяч не теряй».

НОЯБРЬ:

Беседа: «Как обращаться с мячом», «Какие бывают мячи».

Прокатывание мяча «змейкой» между предметами. Ведение (разновысокое).
Подбрасывание – ловля (с вариантами хлопков). Передачи в парах от груди двумя руками – на грудь.

Подвижные игры: «Играй, играй – мяч не теряй», «Трава, дерево, куст», «Школа мяча».

ДЕКАБРЬ:

Беседа: «Команда – одно целое».

Передачи мяча в паре (от груди на грудь, от груди с отскоком об пол).
Ведение мяча с обводкой предметов. Подбрасывание – ловля мяча (с хлопками за спиной, с приседом).

Подвижные игры: «Мотоциклисты», Школа мяча», «Вызов номеров», «Ведение парами», «Челночный бег с ведением».

ЯНВАРЬ:

Беседа: «Кто такие защитники и нападающие»

Подбрасывание, ловля (все варианты). Передачи в парах (все варианты). Ведение со счетом предметов. Броски по кольцу.

Подвижные игры: «20 передач», Охотники за привидением»

ФЕВРАЛЬ:

Беседа: «О некоторых правилах баскетбола».

Ведение «вслепую», бегом, с беговыми упражнениями. Передачи на месте на скорость выполнения. Передачи в движении в парах. Броски командой.

Подвижные игры: «Кто быстрее 10 передач», «Метко в корзину», Охотники за приведением», «Челночный бег с ведением и поворотами».

МАРТ:

Беседа: «Правила баскетбола».

Закрепление разученных элементов. Разучивание отрывков игры. Взаимодействие в «двойках» и «тройках».

Подвижная игра: «Мяч – капитану».

АПРЕЛЬ:

Беседа: «Правила баскетбола».

Повторение разученных элементов. Простейшие взаимодействия нападающих и защитников.

Подвижные игры: «Мяч – капитану», Баскетбол по упрощенным правилам».

МАЙ:

Закрепление элементов баскетбола. Взаимодействия игроков в игре. Игра в процесс обучения подвижным играм с элементами спорта входит:

Содержание обучения

- Общая физическая подготовка – ОФП
- специальная подготовка – СФП;
- Техничко-тактическая подготовка;
- Нравственно-волевая подготовка;
- Теоретическая подготовка.

Общая физическая подготовка – ОФП

Включает разностороннее воспитание физических качеств ребенка, которые не сводятся к специфическим способностям, проявляемым в спортивной игре. Эта сторона подготовки играет первостепенную роль в повышении общего уровня функциональных возможностей организма, в комплексном развитии физической работоспособности.

Специальная подготовка – СФП

Представляет собой воспитание физических способностей, являющихся специфической предпосылкой достижений в играх с элементами баскетбола; она направлена на максимально возможное развитие способностей.

Техничко-тактическая подготовка

Техника представляет собой более или менее совершенные способы выполнения соревновательных действий, а *тактика* является формой объединения всей совокупности данных действий в процессе достижения соревновательной цели.

Нравственно-волевая подготовка

1. Игра вдвоем. Зависимость успеха игры от взаимодействия членов команды.
2. Игра вдвоем
3. Как нападать и защищать свое кольцо?
4. Что нужно сделать, чтобы победить? Почему команда проигрывает
5. Вызвать желание самостоятельно осваивать элементы игры баскетбол.

В блоке «*Теоретическая подготовка*» определены темы и содержание бесед с детьми, дается информация на доступном для дошкольников уровне об истории возникновения игр, национальном отношении к играм с элементами спорта, достижениях и успехах России, местных спортсменов. Включен и познавательный материал, какие бывают мячи и зачем мяч нужен человеку и т.д.

Все виды разделов указанных спортивных подготовок можно разделять весьма условно, так как они находятся в теснейшей взаимосвязи. Поэтому в технологии обучения детей дошкольного возраста играм с элементами баскетбола нет отдельного выделения той или иной подготовки.

2.4. Работа с родителями, социальными партнёрами: популяризация данного направления работы через:

-проведение мастер-классов для родителей и открытых занятий в рамках «Дня открытых дверей», проводимых в ДООУ;

-консультации для родителей «Баскетбол для дошкольника», «Развитие двигательных способностей детей при занятии спортивными играми», «Как появился баскетбол», «Играем в баскетбол всей семьей». Анкетирование родителей детей, посещающих кружок, и родителей, дети которых не посещали кружок, на выявление интереса к данной деятельности и необходимости поддержания традиций и работы по теме проекта (2 раза в год);

-проведение с сотрудниками ДООУ мастер-классов по обучению элементам баскетбола детей при занятиях на прогулке.

2.5. Психолого-педагогические особенности детей старшего дошкольного возраста.

Движения старших дошкольников становятся все более осмысленными, мотивированными и управляемыми. Но в целом в характере двигательной активности детей сохраняются еще черты, типичные для предыдущих возрастных периодов – высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию, нежелание выполнять действия, лишённые непосредственного интереса, направленные на достижение отдаленного результата. В то же время у детей повышается способность к произвольной регуляции двигательной активности. Они могут заставить себя преодолевать определенные трудности при выполнении сложных двигательных заданий.

Наиболее значимыми для всестороннего развития физических возможностей детей старшего дошкольного возраста являются скоростно-силовые и координационные способности (ловкость), гибкость и выносливость.

У детей 5-7 лет отмечаются высокие темпы прироста показателей, характеризующих быстроту движений, времени двигательной реакции, скорости однократных движений, частоты повторяющихся движений. Дошкольники хорошо приспособлены к недлительным скоростно–силовым динамическим действиям, которые составляют основное содержание их игр. К семи годам у большинства мальчиков и девочек появляется устойчивое стремление к участию в совместных подвижных играх и физических упражнениях. Они охотно объединяются по интересам, и длительное время играют, взаимодействуя для достижения цели, подчиняясь правилам игры. Со сверстниками устанавливаются отношения сотрудничества и партнерства.

2. Организация образовательного процесса.

2.1. Материально-техническое обеспечение программы: Для реализации программы не требуется дорогостоящего оборудования. Мячи для баскетбола заменены обычными резиновыми диаметром 20-25 см для каждого ребенка (для игр и тренировок); 2 баскетбольных мяча (для командной игры). В физкультурном зале имеется разметка, 2 переносных щита с корзиной.

2.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

2.3. Организация режима пребывания детей в секции кружка «Юный баскетболист»

Занятия проводятся 2 раза в неделю сформированной группой, во второй половине дня с детьми старшего дошкольного возраста, продолжительностью 30-35 мин.

Курс занятий рассчитан на 9 месяцев (с сентября по май).

Всего занятий в год – 68.

Деятельность секции осуществляется в спортивном зале детского сада.

Занятия строятся по принципу поэтапности (от простого к сложному) и с учётом зон ближайшего и актуального развития.

Список используемой литературы.

1. Э. Й. Адашкявичене. Спортивные игры и упражнения в детском саду. 1992.
2. Э.Й. Адашкявичене. Баскетбол для дошкольников».
3. А. В. Кенеман. М.Ю. Кистяковский. Физическая подготовка детей 5-6 лет к занятиям в школе, 1980.
4. Л. Р. Волошина «Играйте на здоровье», 1985.