

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
«Северное сияние»

**Программа
кружковой деятельности
«Мой веселый звонкий мяч»**

Составители : Нехорошко Наталья Ивановна
Салашная Кира Александровна

Нижнесортымский- 2023

Пояснительная записка

Актуальность:

Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопие, вызывает задержку возрастного развития.

Чтобы удовлетворить потребность детей в двигательной активности в детском саду необходимо проводить дополнительные кружки по физическому развитию.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

Проблема:

Поверхностный интерес родителей и детей к мячу, играм с ним.

«Дефицит» движений у детей дошкольного возраста

Цель:

1. Заинтересовать детей игрой с мячом.

3. Воспитывать умение играть с мячом, не мешая друг другу, ориентироваться на площадке.

4. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка. Воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность.

6. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту.

Форма обучения: специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

Участники кружка: Дети от 2 - 3 лет.

Количество занятий: 1 занятие в неделю, 4 занятия в месяц, 36 занятий в учебном году (с сентября по май).

Место проведения: спортивный зал МБДОУ, спортивная площадка, групповое помещение

Используемый материал: мячи резиновые диаметром 12 см. – 7 шт. и диаметром 16 см. – 7 шт.

Срок реализации: 1 год.

Форма подведения итогов: диагностическое обследование детей по усвоению программы

Диагностические критерии:

Низкий уровень: неуверенно выполняет упражнения с мячом. Не замечает своих ошибок. Не обращает внимание на качество действий с мячом. Не соблюдает заданный темп и ритм с мячом.

Средний уровень: 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 уровень: уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом.

Предполагаемый результат:

1. Дети смогут владеть мячом.
2. У детей выявятся улучшения показателей координации движений, выносливости, быстроты, ловкости, умение ориентироваться на площадке.
3. Дошкольники овладеют технико-тактическими действиями с мячом: передача мяча, прокатывание мяча, катание мяча друг другу, бросание мяча, перебрасывание друг другу.
4. Научаться понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила.

Организация образовательной деятельности:

На НОД и вне НОД:

Действия с мячом: ловля, передача, прокатывание, катание друг другу; бросание мяча от груди, из-за головы, через шнур; перебрасывание друг другу.

Работа с родителями:

Дать знания родителям о том, что должны уметь дети в работе с мячом по программе.

Совместная деятельность детей и родителей эмоции от игр с мячом.

Наглядная информация для родителей:

- Папка «Мой весёлый звонкий мяч...» (содержит историю мяча, данные о современных мячах, рекомендации родителям по выбору мячей для детей, значение мяча для ребёнка, картотеку русских народных игр с мячом, упражнения с мячом и т. д.)
- Папка «Играем дома» (содержит творческие подвижные игры для дома, улицы, с мячом и т. д.)
- Папка «Физкультура – это здорово» (содержит подвижные игры для всей семьи, подвижные игры разных народов и т. д.)
- Пополнение картотек « Игры на улице»

Тематическое планирование

Месяц	Тема занятия	Программное содержание
Сентябрь	1. Знакомство с мячом, его свойствами 2. Прокатывание мяча одной и двумя руками 3. Передача мяча друг другу (игра парами) 4. Передача мяча (игра в кругу)	Научить управлять мячом, чувствовать его. Упражнять детей в отталкивании мяча одной и двумя руками, догонять и ловить мяч, быстро реагировать на сигнал. Учить играть в паре Воспитывать интерес, положительное отношение к игре с мячом. Познакомить детей с величиной предмета (большой и маленький мяч).
Октябрь	1. Прокатывание мяча друг другу 2. Прокатывание мяча двумя руками от черты 3. Бросание мяча вперед двумя руками 4. Подвижная игра «Передай мяч»	Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении. Дать детям возможность осознать и закрепить физические качества мяча.
Ноябрь	1. Подвижная игра «Мячики» 2. Бросание мяча вперед от груди 3. Прокатывание мяча средней величины в воротики 4. Перекатывание мяча друг другу в парах из положения, сидя ноги врозь".	Продолжать упражнять детей энергично отталкивать мяч двумя руками. Учить оценивать направление движения мяча. Вызвать у детей положительный, эмоциональный отклик от игры с мячом. Упражнять детей в отталкивании мяча кистями рук так, чтобы мяч не подскакивал, а катился ровно. Способствовать развитию глазомера и координации движений. Продолжать знакомить детей с величиной предмета (большой, поменьше, маленький).
Декабрь	1. "Скатывание мяча по наклонной доске" 2. . "Перекатывание мяча друг другу в парах, стоя на коленях". 3. Прокатывание мяча по скамейке, придерживая его двумя руками или одной" 4. Подвижная игра «Кто попадет»	Формировать умение скатывать мяч по наклонной доске, догонять и ловить мячик. Вызвать положительные эмоции от игры с мячом. Продолжать знакомить детей с величиной предмета Формировать умение детей катать мяч друг другу, стоя на коленях. Развивать координацию движений и умение самостоятельно выполнять упражнение.
Январь	1. Прокатывание мяча друг другу сидя в	Формировать умение детей катать мяч друг другу, сидя в кругу.

	кругу 2. Бросание мяча вперед из-за головы 3. Подвижная игра «Лови мяч»	Способствовать развитию глазомера и координации движений. Упражнять в бросании мяча вдаль. Развивать внимание и быстроту реакции.
февраль	1. Подвижная игра «Беги, лови» 2. Подвижная игра «Кто попадет» 3. Катание мяча от себя, лёжа на животе 4. Бросание мяча вдаль через шнур".	Развивать ловкость, быстроту движений. Формирование меткости, ловкости, развитие координации движений. Учить детей катать мяч, лёжа на животе, отталкивая его двумя руками от себя. Развивать скоростно - силовые качества, ловкость, точность движений Продолжать упражнять детей разнообразным действиям с мячом. Бросать мяч от плеча одной рукой, через шнур
март	1. Подвижная игра «Кидаем мячи» 2. Бросание разных по величине мячей вверх 3. Подвижная игра «Беги, лови» 4. Отбивание мяча об пол".	Формировать навыки бросания мяча, развивать ловкость, внимание. Развивать умение бросать мяч вверх двумя руками. Развивать скоростно - силовые качества. Закрепить с детьми знания о величине предмета (большой - маленький). Развивать у детей силу удара, умение продвигаться вперед за мячом, выносливость
апрель	1. Подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля его". 2. Прокатывание мяча в ворота, стоя парами 3. Подвижная игра «Кто попадет» 4. Ловля мяча брошенного взрослым	Формировать навык ловли мяча, подброшенного вверх. Развивать ловкость, гибкость и координацию Формировать умение детей катать мяч друг другу, в ворота. Тренировать меткость и ловкость.
май	1. Подвижная игра «Самый меткий» 2. Подвижная игра «Кидаем мяч» 3. Подвижная игра «Беги лови» 4. Подвижная игра «Передай мяч»	Закреплять внимание, быстроту реакции, ловкость, гибкость и координацию. Выявить уровень владения детей мячом на конец учебного года.

Используемая литература:

1. Федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программе дошкольного образования, утверждённые приказом Министерства Образования.
2. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» - издательство НЦ ЭНАС, 2004.
3. Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с мячом для детей 3-4 лет» - «Детство-пресс», 2009.
4. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей младших дошкольников» - издательство «Детство-пресс», 2010.