

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 36»

Принято:

Протокол заседания
педагогического совета № 1
от 30.08 2024г.

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ «Детский сад №36»

И. В. Кругликова

« 30 » 08 2024г



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Волейбол»

Возрастная категория детей: 2-7 лет
Срок реализации программы :1 год
Автор – составитель:
Тиханова Татьяна Александровна
инструктор по физической культуре

СОДЕРЖАНИЕ

1.Целевой раздел Программы:

- 1.1 Пояснительная записка
- 1.2. Направленность программы
- 1.3. Новизна и актуальность программы.
- 1.4. Цели и задачи Программы
- 1.5. Ожидаемые результаты освоения Программы
- 1.6. Учебный план..

2. Содержательный раздел Программы:

- 2.1 Описание форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.
- 2.2. Учебно-тематический план
- 2.3 Структура проведения занятия.....
- 2.4. Условия реализации Программы.....
- 2.5. Список литературы.....

1.Целевой раздел Программы:

1.1. Пояснительная записка.

Формирование разносторонне развитой личности – сложная задача, обучение спортивным играм, в том числе и волейболу, способно придать воспитанию и обучению активный целенаправленный характер.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Система занятий волейболом позволяет развивать физические и индивидуальные способности, формировать прогрессивную направленность личности, способствует общему физическому развитию и воспитанию дошкольника. Упражнения в бросании, ловле мяча способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки. В начале обучения игре в волейбол дети знакомятся с элементарными правилами игры, а в конце учебного года участвуют в соревнованиях, что позволяет дошкольникам в полной мере проявить полученные навыки и умения на практике.

Программа реализуется в МАДОУ «Детский сад № 36», разработана на основе и в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон РФ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г.

- Конвенция о правах ребенка, принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года

- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.

- Постановление Правительства РФ от 15 августа 2013 г. N 706 "Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг" (с изменениями и дополнениями)

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Постановление главного государственного санитарного врача от 15 мая 2013 года N 26 Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. N 298 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

Особенности содержания программы:

Начальный курс по обучению игре в волейбол прост и доступен. Большое значение при изучении правил игры имеет специально организованная игровая деятельность, использование приема обыгрывание усвоенных навыков и приемов, создания игровых ситуаций. В программе приводится примерный перечень различных игр и заданий, дается вариант примерного распределения программного материала, приводится перечень игр для закрепления усвоенных приемов и правил игры.

Программа предназначена для детей дошкольного возраста (девочек, мальчиков) в возрасте 5-7лет. Дети занимаются в спортивной форме (футболка, шорты, чешки), во вторую половину дня. Продолжительность занятий не более 30 минут

Наполняемость группы: подгруппа детей 12- 15 человек; Условия приема детей – все желающие.

Сроки реализации программы (общее количество часов, запланированных на весь период обучения). Программа рассчитана на 1 год (32 час.)

После освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно - спортивной направленности «Волейбол» документы не выдаются.

1.2. Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» по содержанию является физкультурно-спортивной;

по функциональному предназначению – оздоровительной, тренировочной;

по форме организации – кружковой;

по времени реализации –годовой.

Программа разработана с учетом рекомендаций Волошиной Л.И. «Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет».

Работа с детьми по данной программе наряду с практическими занятиями в группах по «Школе мяча», проходит и индивидуально для лучшего усвоения приемов, подач, правил игры. Программа интегрирована с регулярным проведением соревнований между возрастными группами и, по возможности, другими детскими садами, что позволяет воспитанникам в полной мере проявить полученные навыки и умения на практике, а так же выявить недостатки в подготовке. Занятия многообразны по своей форме – помимо объяснения правил, обучения практическим приемам – игры с руководителем, и игры с применением всех усвоенных правил и приемов с другими игроками группы.

1.3. Новизна и актуальность программы

Новизна программы состоит в том, что большое значение при изучении правил игры имеет специально организованная игровая деятельность, использование приема обыгрывание усвоенных навыков и приемов игры в волейбол.

Актуальность программы обусловлена тем, что для современных детей ведущих малоподвижный образ жизни, становится необходимым вовлечение дошкольников в различные спортивные секции, формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия.

Потребность занятия в кружке, секциях способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

Программа направлена на:

– Принцип развивающей деятельности: игра не ради игры, а с целью развития личности каждого участника и всего коллектива в целом.

– Принцип активной включенности каждого ребёнка в игровое действие, а не пассивное созерцание со стороны.

– Принцип доступности, последовательности и системности изложения программного материала.

– Принцип психологической комфортности – создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессобразующих факторов учебного процесса.

– Принцип минимакса- обеспечивается возможность продвижения каждого ребёнка своим телом.

– Принцип целостного представления о мире – при введении нового знания раскрывается его взаимосвязь с предметами и явлениями окружающего мира.

– Принцип вариативности – у детей формируется умение осуществлять собственный выбор и им систематически предоставляется возможность выбора.

– Принцип творчества – процесс обучения сориентирован на приобретение детьми собственного опыта творческой деятельности.

Педагогическая целесообразность программы объясняется тем, что изложенные выше принципы интегрируют современные научные взгляды об основах организации развивающего обучения и обеспечивают решение задач интеллектуального и личностного развития. Это позволяет рассчитывать на проявление у детей устойчивого интереса к спортивным играм, в том числе и к волейболу, появлению умений выстраивать внутренний план действий, развивать пространственное воображение, целеустремлённость, настойчивость в достижении цели, учит принимать самостоятельные решения и нести ответственность за них.

1.4. Цели и задачи Программы

Цель программы:

Воспитывать интерес к волейболу, потребность в здоровом образе жизни.

Задачи программы:

- учить детей элементарными правилами игры в волейбол;
- развивать физические качества: быстроту, силу, выносливость, координацию движений и ориентировку в пространстве
- воспитывать дружелюбие, чувство коллективизма.

1.5. Ожидаемые результаты освоения Программы

Ожидаемые результаты.

1. Приобретение практических знаний и навыков в игре волейбол.
2. Освоение новыми видами деятельности (игровые упражнения, соревнования).

Воспитанник будет:

1. Иметь представление об организации волейбольных соревнований.
2. Знать и применять на практике волейбольные комбинации, разыгрывать основные подачи.
3. Уверенно участвовать в соревнованиях, различных мероприятиях.
4. Знать и выполнять правила этикета при игре в волейбол, уметь осознавать свои ошибки, видеть ошибки соперника.
5. Проявлять инициативу, заниматься самостоятельно.

1.6. Учебный план

| № п/п | Месяц | Теоритическая часть | Практическая часть |
|--------------|--------------|----------------------------|---------------------------|
| 1 | октябрь | 1 | 4 |
| 2 | ноябрь | 2 | 3 |
| 3 | декабрь | 2 | 5 |
| 4 | январь | 2 | 3 |
| 5 | февраль | 3 | 4 |
| 6 | март | 1 | 5 |
| 7 | апрель | 1 | 4 |
| 8 | май | 1 | 4 |
| итог | | 13 | 32 |

2. Содержательный раздел Программы

2.1 Описание форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

Формы занятий - групповая совместная деятельность

Способы организации детей: фронтальный, поточный, сменный, групповой и индивидуальный.

Методы, используемые на занятиях:

- словесные (объяснение упражнения, указание, распоряжение и команда, рассказ, беседа);
- наглядные (показ, имитация, звуковые и зрительные ориентиры, использование наглядных пособий);
- практические (упражнения, конкретные задания, игровые приемы, поддержка и помощь, соревнования).

Успешность образовательного процесса по физической культуре в значительной мере обусловлена от правильно подобранного методического обеспечения, что влияет на показатели усвоения учебного материала. С помощью методов слухового, зрительного и двигательного восприятий, занимающиеся усваивают основные правила игры в волейбол, представление о тактике и технике игры.

При занятии с учащимися данной возрастной группы большое значение имеет метод зрительного восприятия. Показ физических упражнений создают зрительное представление о физических упражнениях, демонстрация наглядных пособий помогают уточнять их технику. Методы двигательного восприятия основаны на активной деятельности детей и характеризуются многократным выполнением действия по строгой регламентации либо разучивания по частям или в целом. Игровой и соревновательный методы являются неотъемлемой частью при любой форме организации занятий. Формирование навыков игры в волейбол у ребенка проходит через ряд этапов от репродуктивного повторения алгоритмов и схем в типовых положениях, до творческого применения знаний на практике, подразумевающих, зачастую, отказ от общепринятых стереотипов.

- Практическая игра
- Решение волейбольных комбинаций, игровые упражнения;
- Участие в турнирах и соревнованиях.

Дидактические принципы: сознательность, активность, систематичность и последовательность, доступность и прочность, наглядность.

Способы проверки результатов освоения программы

1. Два раза в год проводятся «Открытые мероприятия» для родителей.
2. В дни, когда проводятся игры соревновательного характера, детям дарятся призы.
3. Для улучшения качества работы по обучению детей игре в волейбол и приобщения родителей к этому виду спорта, проводятся консультации практического характера, мониторинги, даются домашние задания.

2.2. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план

| Недели | Кол-во часов | Содержание |
|----------------|--------------|--|
| Октябрь | | |
| 1 неделя | 1 | 1. Показ иллюстрации с изображением игр в баскетбол, теннис, волейбол, футбол. Основные отличия игры в волейбол от остальных видов спорта. . Беседа об игре в волейбол. 2. Показ |

| | | |
|----------------|---|--|
| | | основных атрибутов для игры в волейбол. 3. Отработка навыков и умений детей в работе с мячом. |
| 2 неделя | 1 | 1. Изучение основных приемов: верхний и нижний. 2. Игра по отработке основных приемов: верхнего и нижнего. 3. Работа в парах. |
| 3 неделя | 1 | 1. Знакомство с техникой выполнения верхнего приема. 2. Имитация верхнего приема без мяча. 3. Самостоятельная работа с мячом над верхним приемом |
| 4 неделя | 1 | 1.Отработка техники верхнего приема. 2. Самостоятельная работа с мячом над верхним приемом. 3. Игра в парах |
| Ноябрь | | |
| 1 неделя | 1 | 1.Закрепление техники верхнего приема. 2.Самостоятельная работа над верхним приемом сначала стоя на месте, затем в движении. 3. Работа в парах. |
| 2 неделя | 1 | 1. Беседа о назначении волейбольной сетки. 2. Работа над верхним приемом около сетки. 3. Самостоятельная работа с мячом над верхним приемом около сетки. |
| 3 неделя | 1 | 1.Работа около сетки парами. 2.Самостоятельная работа над умением принимать мяч сверху. |
| 4 неделя | 1 | 1. Беседа: чем отличается игра по кругу от игры парами. 2. Игра по кругу. 3. Игра парами через сетку верхним приемом. |
| Декабрь | | |
| 1 неделя | 1 | 1. Знакомство с нижним приемом. 2. Имитация складывания рук для нижнего приема. Работа с инструктором. Подбрасывать мяч, дети принимают его снизу. 3 Работа в парах. |
| 2 неделя | 1 | 1.Закрепление техники приема мяча снизу и сверху. 2 Работа с детьми по кругу. 3. Самостоятельная работа детей у сетки. |
| 3 неделя | 1 | 1.Беседа о волейбольной площадке. 2. Работа с мячом (самостоятельная или в парах) 3. Игра парами через сетку |
| 4 неделя | 1 | 1. Беседа о количестве игроков на площадке. 2.Игра в пределах площадки парами. |
| Январь | | |
| 1 неделя | 1 | 1. Беседа о видах подачи мяча. 2.Упражнения в имитации. 3. Игра по кругу верхним и нижним приемами. |
| 2 неделя | 1 | 1. Беседа о понятии «переход хода». 2. Игра в парах через сетку, упражнение в подаче. 3. Командная игра. |
| 3 неделя | 1 | 1. Игра «Будь внимателен». 2.Игра по кругу подгруппами (2-3 круга). 3. Командная игра |

| Февраль | | |
|----------------|---------|---|
| 1 неделя | 1 | 1. Беседа о роли капитана в игре. Понятие «жеребьевка». 2. Упражнение в подаче парами. 3. Командная игра. |
| 2 неделя | 1 | 1. Рассказать о роли судьи на соревнованиях. 2. Командная игра |
| 3 неделя | 1 | 1. Беседа о понятии «мяч ушел в аут». 2. Командная игра. |
| 4 неделя | 1 | 1. Игра по кругу. 2. Командная игра. |
| Март | | |
| 1 неделя | 1 | 1. Игра в парах, стоя на месте, затем около сетки в движении. 2. Командная игра. |
| 2 неделя | 1 | 1. Игра по кругу. 2. Командная игра. |
| 3 неделя | 1 | Командная игра. |
| 4 неделя | 1 | 1. Упражнение в приемах сверху- снизу 2. Командная игра. |
| Апрель | | |
| 1 неделя | 1 | 1. Игровое упражнение «Отбей два раза». 2. Командная игра. |
| 2 неделя | 1 | 1. Рассказать детям о понятии «контрольный мяч» 2. Упражнение в подаче. Игра по кругу. 3. Командная игра. |
| 3 неделя | 1 | 1. Упражнение в приемах мяча снизу и сверху в движении через всю площадку. 2 Командная игра. |
| 4 неделя | 1 | 1. Упражнение в подаче парами. 2. Командная игра. |
| Май | | |
| 1 неделя | 1 | Командная игра. |
| 2 неделя | 1 | Соревнование. Играется 3 партии до 15 очков |
| 3 неделя | 1 | 1. Обсуждение итогов двух прошедших игр. 2 Командная игра. |
| 4 неделя | 1 | Итоговое мероприятие для родителей |
| итого | 32 часа | |

2.3 Структура проведения занятия

Вводная часть – разминка + упражнения подводящие к изучению движений в основной части (4-6 мин) + разные виды ходьбы и бега, подвижные игры малой подвижности, знакомые О.Р. У.

Основная часть – новый материал + повторение и закрепление известного материала и совершенствование уже имеющихся двигательных навыков (упражнения, игры, эстафеты).

Заключительная – ходьба в сочетании с дыхательными упражнениями + упражнения способствующие расслаблению разных мышечных групп или спокойная игра

2.4. Условия реализации Программы

1. Наличие в спортивного зала, уличной площадки.

Рациональное размещение оборудования осуществляется в соответствии с методическим вариантом, т.е. методикой, реализуемой на занятиях. При этом следует соблюдать санитарно-гигиенические требования и профилактические меры, предупреждающие травматизм среди детей.

2. Оборудование спортивного зала.

- Волейбольная сетка.
- Мячи волейбольные, большие резиновые, малые резиновые.
- Мячи набивные.
- Мешочки для метания.
- Скакалки.

3. Технические средства обучения: (аудио проигрыватель, видеоманитофон, телевизор, видеокамера, мультимедийное оборудование).

4. Наглядные пособия (схемы, таблицы, плакаты, картотеки, фотоальбомы, дидактические игры, видеоматериалы, мультимедийные презентации).

2.5. Список литературы:

1. Адашквичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников: из опыта работы. – М.: Просвещение, 1983. – 79 с.
2. Адашквичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: Кн. Для воспитателя дет. Сада. – М.: просвещение. 1992. – 1992. – 159 с.
3. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя дет. Сада. – М.: Просвещение, 1981. – 96 с.
4. Воротилкина И.М. Физкультурно- оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении: Метод пособие. - М.: Изд-во.НЦ ЭНАС,2006. – 144с .
5. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно – методической деятельности и спорте: Учебное пособие для студ. высших. учеб. Заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 296 с.
6. Кенеман А.В., Кистяковский М.Ю. Осокина Т.И. Физическая подготовка детей 5-6 лет к занятиям в школе. – М.: «Просвещение», 1980. – 144 с.
7. Клещев Ю.Н., Фурманов А.Г. юный волейболист. – М.: Физкультура и спорт, 1979. –
8. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ. – Волгоград: Учитель, 2007.
9. Муравьев В.А., Назарова Н.Н. Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста: Методическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2004. – 112 с.
10. Николаева Н.И. Школа мяча. – СПб: Детство – Пресс. 2008. – 96 с.
11. Физическая культура в начальных классах. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. –
12. Шебеко В.Н., Ермак Н.Н., Шишкина В.А. Физическое воспитание дошкольников. Практикум для студентов средних педагогических заведений. – 3-е изд., испр. – М.: Изд. Центр «Академия», 1999. – 160 с.
13. Филиппова С.О. Пономарев Г.Н. теория и методика физической культуры дошкольников. – СПб. «ДЕТСТВО-ПРЕСС2, М., ТЦ «Сфера» 2008. – 656 с.
14. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. – М., Издательский центр «Академия», 2004. – 389 с.