

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА МОСКВЫ

«ШКОЛА № 480 им. В.В. Талалихина»

109029 Москва, Средняя Калитниковская улица, дом 22, строение 1

Телефон: (495)670-53-51
ОКПО 45408862

Факс: (495)670-53-51
ОГРН 1037739282514

http://sch480c.mskobr.ru/
ИНН/КПП 7709387946/770901001



СОГЛАСОВАНО
Председатель Управляющего Совета
А.А. Ершов

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Физкультурно-оздоровительной деятельности
(в том числе акваэробика, плавание).

«ШКОЛА МЯЧА»

Педагог дополнительного образования:
ЧУЛКОВ Александр Сергеевич

Москва

2017 г.

Пояснительная записка.

Для развития организма ребёнка – дошкольника и его разнообразной двигательной деятельности большую ценность представляют основные движения. Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения с мячом различного объёма развивают крупные и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и костей, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник и способствуют выработке хорошей осанки. Развивают физические качества как быстрота, выносливость, ловкость, равновесие и гибкость.

В программе «Из детства в отрочество» реализуемой нашим ДОО играм и упражнениям с мячом уделяется недостаточно времени, поэтому дети не владеют мячом (боятся его, не умеют закидывать в кольцо, отбивать и т.д.). Для решения данной проблемы я разработала программу «Школа мяча» в нашем ДОО, которая рассчитана на детей старшего дошкольного возраста и реализуется в течение 2 лет.

Курс занятий для детей 5–6 лет и 6–7 лет разработан на 8 месяцев (с октября по май). Занятия проводятся 1 раз в неделю в старшей группе – 25 мин., в подготовительной группе – 30 мин.

Структура кружкового занятия состоит из трёх частей: вводной, основной и заключительной. При обучении игре в баскетбол предлагается учитывать последовательность овладения техникой: бег в разном темпе, умение останавливаться на полном ходу «стойка баскетболиста», изучение ведений мяча, передача мяча, забрасывание мяча в кольцо.

Основной принцип в работе с детьми индивидуально – дифференцированный подход.

С целью выявления уровня овладения техникой мяча детьми проводится диагностические исследования в начале и конце учебной программы в форме игр, наблюдений, выполнения упражнений.

Содержание данной программы может варьироваться в зависимости от способностей детей и условий её использования.

- Количество занятий в месяц: 4

Цель: Развитие физических качеств и навыков сотрудничества у детей старшего дошкольного возраста посредством освоения техники игры в баскетбол.

- Задачи:**
1. Способствовать овладению техникой действий с разными мячами.
 2. Формировать новые двигательные навыки при обучении элементами игры в баскетбол.
 3. Формировать навыки сотрудничества: играть в команде для достижения общей цели, адекватно относиться к своим неудачам и неудачам соперников.

Учебно-тематический план.

Старшая группа

Срок	Темы	Количество
Октябрь	Ведение мяча правой и левой рукой	4 занятия, 1ч 40 мин.
Ноябрь	Ловля – передача двумя руками на месте	4 занятия, 1 ч 40 мин.
Декабрь	Передача мяча одной рукой от плеча.	4 занятия, 1 ч 40 мин.
Январь	Передача мяча от груди разными способами. Передача мяча одной рукой.	3 занятия, 1ч 15 мин.

Февраль	Ведение мяча в движении (ходьба и бег по прямой)	4 занятия, 1 ч 40 мин.
Март	Броски мяча в горизонтальную цель. Ведение мяча в ходьбе и беге со сменой направления.	4 занятия, 1 ч 4 мин.
Апрель	Ловля – передача мяча в движении (с ведением). Броски мяча в корзину с места.	4 занятия, 1 ч 40 мин.
Май	Сочетание передачи – ловли, ведения и бросков мяча в корзину.	4 занятия, 1 ч 40 мин.

Учебно-тематический план.

Подготовительная группа.

Срок	Темы	Количество
Октябрь	Сочетание передачи – ловли, ведения и бросков мяча в корзину	4 занятия, 1ч 40 мин.
Ноябрь	Защитные действия.	4 занятия, 1 ч 40 мин.
Декабрь	Координация действий с мячом между собой.	4 занятия, 1 ч 40 мин.
Январь	Размещение по всей площадке – выход на свободное место для	3 занятия, 1ч 15 мин.

	получения мяча.	
Февраль	Знакомство с правилами игры в баскетбол.	4 занятия, 1 ч 40 мин.
Март	Совершенствование навыков точного выполнения правил, ориентирование на площадке.	4 занятия, 1 ч 40 мин.
Апрель	Формирование навыков точного выполнения правил, ориентирование на площадке.	4 занятия, 1 ч 40 мин.
Май	Формирование навыков самостоятельной организацией игры: судейство.	4 занятия, 1 ч 40 мин.

«Школа мяча». (1-ый год).

Тема	Задачи	Совместная деятельность	Самостоятельная деятельность	Взаимодействия с родителями	Формы подведения итогов
<p><u>Октябрь.</u></p> <p>Основная стойка баскетболиста. Ведение мяча на месте правой и левой рукой.</p>	<p><u>1-2 недели</u></p> <p>Учить принимать основную стойку баскетболиста. Упражнять детей в умении бросать большой мяч точно перед собой, ловить, согласовывать движения рук и ног при отбивании мяча о пол. Развивать у детей самостоятельность в действиях с мячом</p>	<p>Действия с мячом, держание мяча. П./И. «Перенос мяча в беге».</p>	<p>П./И. «Подбрось, поймай, упасть не давай». П./И. «Играй, играй, мяч не теряй».</p>	<p>Познакомить родителей с работой кружка, с целью и задачами на учебный год. Предложить приобрести мячи разных размеров</p>	

	<p><u>3-4 недели</u></p> <p>Учить принимать основную стойку баскетболиста.</p> <p>Упражнять в правильной ловле мяча.</p> <p>Упражнять в отбивании мяча от пола ладонью.</p> <p>Развивать умение реагировать на сигнал.</p>	<p>П./И.</p> <p>«Передача мяча волной».</p> <p>Отбивание мяча.</p>	<p>Упражнения в отбивании мяча.</p>		<p>П./И.</p> <p>«Играй, играй, мяч не теряй».</p>
<p><u>Ноябрь</u></p> <p>Ловля-передача мяча двумя руками на месте.</p>	<p><u>1 – 2 недели</u></p> <p>Упражнять в ловле мяча.</p> <p>Развивать умение согласовывать свои действия с действиями товарищей.</p>	<p>Основная стойка баскетболиста, ведение мяча на месте правой и левой рукой.</p> <p>Передача мяча.</p> <p>П./ И.</p>	<p>«Играй, играй, мяч не теряй».</p> <p>«Отбивание мяча и ловля о стенку»</p>	<p>Домашнее задание: передача мяча.</p>	

	<p><u>3 – 4 недели</u></p> <p>Закрепить приёмы ведения мяча на месте.</p> <p>Упражнять в передаче и ловле мяча.</p> <p>Развивать ориентировку на площадке, воспитывать уважение к товарищу по игре.</p>	<p>«Мяч водящему»</p> <p>П./и.</p> <p>«Зайчик».</p>	<p>Передача мяча в парах.</p>		<p>П./и.</p> <p>«Зайчик».</p>
<p><u>Декабрь.</u></p> <p>Передача одной рукой от плеча на месте.</p>	<p><u>1-2 недели</u></p> <p>Упражнять детей передавать мяч одной рукой от плеча (правой, левой),</p> <p>Воспитывать умение приходить на помощь товарищу.</p> <p>Закреплять приёмы ведения мяча на месте,</p>	<p>Упражнения с мячом.</p> <p>П./И.</p> <p>«Зайчик».</p> <p>Передача мяча водящему.</p> <p>П./И.</p> <p>«Снайперы»</p> <p>.</p>	<p>Ведение мяча.</p> <p>Отбивание мяча о стену от плеча одной рукой и ловля его.</p> <p>П./И.</p>	<p>Домашнее задание:</p> <p>Упражнять детей в передаче мяча.</p>	

	<p>передачу мяча двумя руками от груди.</p> <p><u>3-4 недели</u></p> <p>Упражнять детей в передаче мяча одной рукой от плеча (правой, левой рукой).</p> <p>Закреплять у детей навык ведения мяча на месте правой и левой рукой.</p> <p>Развивать глазомер.</p>		«Играй, играй мячу упасть не давай».		Наблюдение за выполнениями упражнений с мячом
<p><u>Январь</u></p> <p>Передача мяча от груди разными способами</p> <p>Передача мяча одной</p>	<p>Упражнять в передаче мяча от груди разными способами (стоя, сидя, на коленях).</p> <p>Закреплять умение передавать</p>	<p>П./И.</p> <p>«Зайчик»</p> <p>Упражнения с мячом.</p> <p>П./И.</p> <p>«Сбей грушу».</p> <p>П./И.</p>	Передача мяча в парах.	<p>Предложить игру «Сбей кеглю».</p> <p>Продолжить упражняться в передаче мяча.</p>	Игра

рукой.	мяч одной рукой. Воспитывать ответственность.	«Передачи по кругу через центр».	Встречная передача мяча в колоннах.		«Передача мяча в парах»
Ведение мяча в движении (ходьба и бег по прямой).	<u>1-2 недели</u> Закреплять ведение мяча на месте. Упражнять детей вести мяч, передавать и ловить его. Совершенствовать умение ведение мяча на месте правой и левой рукой.	Ведение мяча с движением. П./И. «Эстафета с ведением мяча».	Ведение мяча на месте. Ведение мяча в движении. Работа с карточками		
	<u>3-4 недели</u> Совершенствовать ведение мяча на месте и в движении, приучать детей видеть площадку.	П./И. «Мотоциклисты».	П.И. с мячом.	Сделать вместе с детьми карточки.	П./И. «Эстафета с ведением мяча».

Март.	<u>1-2 недели</u>	<p>Передача мяча в парах сидя.</p> <p>П./И.</p> <p>«10 передач»</p> <p>П./И.</p> <p>«Ведение мяча по прямой».</p>	Работа с карточками .	Познакомить родителей с играми с мячом через Папку – передвижку «Игры с мячом».	
	<p>Упражнять детей в умении вести мяч по прямой.</p> <p>Учить детей вести мяч правой и левой рукой бегом, меняя направление и скорость движения.</p>	<p>Броски мяча в горизонтальную цель.</p> <p>Ведение мяча в ходьбе и беге со сменой направления.</p>			
	<u>3-4 недели</u>	<p>П./И.</p> <p>«Передай - не роняй»</p> <p>П./И.</p> <p>«Поймай – поведи – забей в кольцо».</p>	П.И. с мячом.		<p>П./И.</p> <p>«10 передач»</p>
Апрель	<u>1-2 недели</u>	<p>Упражняться с мячом.</p> <p>П./И.</p>	Работа с карточками .	Анкетирование «Как вы играете дома?»	
Ловля – передача мяча в	Упражнять детей в ведении и забрасывании				

<p>движении (с ведением). Броски мяча в корзину с места.</p>	<p>и большого мяча в баскетбольную корзину. Развивать меткость, точность в движении, воспитывать честность и справедливость.</p>	«5 бросков»			
	<p><u>3-4 недели</u> Учить сочетать ведение, остановку и броски мяча в корзину.</p>	П./И. «Метко в кольцо».	Упражнения по бросанию в цель.		П./И. «Метко в кольцо».
<p>Май Сочетание передачи – ловли, ведения и бросков мяча в корзину.</p>	<p><u>1-2 недели</u> Упражнять в ловле и ведении мяча; упражнять в забрасывании и большого мяча в баскетбольное кольцо. Развивать меткость, точность в движении.</p>	<p>Упражняться с мячом. П./И. «Метко в кольцо». П./И. «День и ночь». П./И. «Поймай – поведи – забей – в кольцо».</p>	Работа с карточками	<p>Советы для родителей Папка ширма: «Домашний баскетбол»</p>	<p>П./И. «Поймай – поведи – забей – в кольцо».</p>

Содержание и методическое обеспечение программы кружка

«Школа мяча». (2-ый год).

Тема	Задачи	Совместная деятельность	Самостоятельная деятельность	Взаимодействия с родителями	Формы подведения итогов
<p><u>Октябрь.</u></p> <p>Сочетание передачи – ловли, ведения и бросков мяча в корзину</p>	<p><u>1-4 занятие.</u></p> <p>Упражнять в ловле и ведении мяча; упражнять в забрасывании и большого мяча в баскетбольное кольцо.</p> <p>Развивать меткость, точность в движении.</p>	<p>Основная стойка баскетболиста, передача мяча в парах, в группе.</p> <p>П. /И «зайчик»</p> <p>«Передача по кругу через центр»</p> <p>П/и «Мотоциклисты»</p>	<p>«Играй, играй мяч не теряй»</p> <p>Ведение мяча в движение, забрасывание мяча в кольцо.</p>	<p>Домашнее задание передача мяча и ведение мяча.</p>	<p>Наблюдение.</p>
<p><u>Ноябрь</u></p> <p>Защитные действия.</p>	<p><u>1-4 занятие.</u></p> <p>Совершенствование навыков передачи и ловли, ведения бросков в корзину. С места, после перемещения с фиксированной</p>	<p>П. /И «зайчик»</p> <p>Стойка баскетболиста</p> <p>. П./И.</p> <p>«Поймай – поведи – забей – в кольцо».</p>	<p>Работа в тройках с мячом.</p>	<p>Ведение мяча.</p>	<p>Оценка действий.</p>

	остановкой.				
<u>Декабрь.</u> Координация действий с мячом между собой.	<u>1- 4 занятие.</u> Защитные действия. Передача, ловля, ведение, броски в корзину.	Ведение мяча с движением «Эстафета с ведением мяча». П./и «мяч через сетку».	Работа по подгруппам. Работа в тройках. П./И. «Передачи по кругу через центр».	Попади в цель. Забрасывание мяча в корзину.	Наблюдение.
<u>Январь</u> Размещение по всей площадке - выход на свободное место для получения мяча.	Координация действий с мячом между собой. Защитные действия. Передача-ловля, ведение, броски в корзину.	П./и «Зайчик». П./и «Мотоциклисты»	Работа в тройках.	Домашнее задание передача мяча и ведение мяча.	Командная игра.
<u>Февраль.</u> Знакомство с правилами игры в баскетбол.	<u>1 занятие.</u> Чтение произведения В.Г. Гришин, Н.Ф. Осипов «Малыши открывают спорт» манипуляции героями на нарисованно	Д/Игра «баскетбол». Закрепление правил. Бег в различных направлениях. Ведение мяча	Броски в корзину, передача мяча в парах, игра в тройках.	Обсудить дома с родителями и правила игры «баскетбол». Нарисовать рисунок на тему «я	

	<p>м поле.</p> <p>Обсуждение с детьми правил.</p> <p><u>2 – 4 занятие.</u></p> <p>Размещение по всей площадке выход на свободное место; координация действий защитные действия, передача – ловля, ведение, броски в корзину.</p>	<p>правой и левой рукой между предметов.</p> <p>П./и «Зайчик».</p>		<p>будущий баскетболист»</p> <p>Передача мяча.</p>	<p>Игра в тройках оценка детьми</p>
<p><u>Март.</u></p> <p>Совершенствование навыков точного выполнения правил ориентирование на площадке.</p>	<p><u>1-4 занятие.</u></p> <p>Закрепить.</p> <p>Размещение на площадке, координация действий, защитные действия, передача – ловля, ведение, броски в корзину.</p>	<p>П. /и «Передай не роняй»</p> <p>П./и «Поймай, проведи - забег в кольцо».</p> <p>Игра по командам.</p>	<p>П./И «метко в кольцо»</p> <p>Ведение мяча по прямой.</p>	<p>Забрасывание мяча в кольцо.</p>	<p>Поймай, проведи - забей в кольцо.</p>
<p><u>Апрель</u></p>	<p><u>1- 4 занятия</u></p>	<p>Игра</p>	<p>Ведение мяча</p>	<p>Ведение мяча</p>	

Формирование навыков самостоятельной и коллективной игры с мячом, видение площадки.	Совершенствование навыков точного выполнения правил. Ориентирование на площадке, координация действий, защитные действия, передача - ловля, Ведение, броски в корзину.	«Баскетбол».	между предметами.	между предметами.	Обсуждение с детьми.
Май Формирование навыков самостоятельной организации игры: судейство	<u>1-2 занятие</u> Выполнение правил, видение площадки, координация действий	Игра «Баскетбол» командная	Ведение мяча, передача мяча в пятерках	Папка ширма для родителей : «Домашний баскетбол».	Игра «Баскетбол»
	<u>3-4 занятие</u> Игра в баскетбол, самостоятельное проведение тайма	Игра командная с детьми группы		Судейство	Диагностика

Уровень усвоения

двигательных умений и навыков движений с мячом

Старшая группа

Низкий. Неуверенно выполняет сложные упражнения с мячом. Не замечает своих ошибок. Не обращает внимание на качество действий с мячом. Не соблюдает заданный темп и ритм работы с мячом.

Средний. 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. Уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом. Способен придумать новые варианты действий с мячом.

Подготовительная к школе группа

Низкий. Допускает ошибки в основных упражнениях с мячом. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке.

Средний. Технически правильно выполняет большинство упражнения с мячом, проявляет усилия, активность и интерес. Способен оценить движения с мячом других детей, упорен в достижении своей цели. Может придумать и выполнить несложные действия с мячом.

Высокий. Технически правильно, результативно уверенно точно выполняет все упражнения с мячом. Правильно оценивает движения с мячом других детей. Проявляет элементы творчества в работе с мячом. Самостоятельно составляет простые варианты упражнений с мячом.

Ожидаемый результат.

1. Дети овладели техникой действий с разными мячами.
2. У детей сформированы новые двигательные навыки: ведения мяча разными способами, забрасывание мяча в корзину, бег с ввёртыванием при ведении мяча, блокировка, ведение мяча с бегом в разном темпе.
3. Сформированы навыки сотрудничества : дети умеют играть в команде для достижения общей цели.

Адекватно оценивать результаты игры, своих действий.

Список литературы:

1. Гришин В.Г., Осипов Н.Ф. «Малыши открывают спорт». Москва, Педагогика, 1975
2. Занозина А.Е., Гришина С.Е. Перспективное планирование физкультурных занятий с детьми 6–7 лет. – М.: ЛИНКА–ПРЕСС, 2008
3. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Упражнения и игры с мячами: Метод. пособие. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002
4. Прищепа С.С. «Физическое развитие и здоровье детей 3–7 лет», Москва, Творческий центр Сфера, 2009
5. Черник Е.С. «Физическая культура во вспомогательной школе», Москва, Учебная литература, 1997