

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

протокол от

« 28 » Май 2018 г.

№ 03

УТВЕРЖДЕНО

приказом заведующего МАДОУ

«Детский сад № 267 «Рябинка»

от « 28 » Май 2018 г.

№ 78-09

Дополнительная общеобразовательная программа

«Весёлый мяч»

(для детей от 4 лет)

Срок реализации программы – 8 месяцев

Автор программы:

педагог дополнительного образования

Бабин Алексей Михайлович

2018 год

Пояснительная записка.

На современном этапе развития общества по-новому ставится задача воспитания здоровых, гармонично развитых людей, обладающих высокой умственной и физической работоспособностью. Полноценное физическое развитие детей возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания: природных факторов гигиенических мероприятий и физических упражнений. Дети дошкольного возраста с большим удовольствием занимаются физкультурой. Особый интерес у старших дошкольников вызывают спортивные игры (баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис, настольный теннис, бадминтон и др.) Спортивные игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия спортивными играми и упражнениями создает благоприятные условия для воспитания дружеских, толерантных отношений в детском коллективе, взаимопомощи. Заниматься спортом в прямом смысле слова (которое подразумевает подготовку и участие детей в спортивных соревнованиях с целью достижения высоких спортивных результатов) не рекомендуется для детей дошкольного возраста. Но элементарные действия в спортивных играх и упражнениях, отдельные виды соревнований не только возможны, но и целесообразны. Кроме того, старшие дошкольники в отличие от младших, уже интересуются результатами своих действий: научился отбивать мяч, принял передачу, попал в ворота. Опираясь на такие первоначально возникшие интересы, можно их закрепить. Предметом программы «Волшебная клюшка» является спортивная игра флорбол.

Дополнительная общеобразовательная программа по флорболу составлена на основе нормативно-правовых актов:

- Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 года № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Цели программы:

1. Укрепление здоровья.
2. Формирование основ двигательной культуры,
3. Удовлетворение биологической потребности в движении в процессе приобщения детей старшего дошкольного возраста к элементам флорбола.

Задачи:

Оздоровительные:

1. Способствовать совершенствованию деятельности сердечнососудистой, дыхательной систем организма ребенка, правильному функционированию внутренних органов.
2. Способствовать развитию всех групп мышц
3. Способствовать развитию функций центральной нервной системы (тренировать процессы возбуждения и торможения, их подвижности), органов чувств, двигательного анализатора.

Образовательные:

1. Формировать первоначальные представления о флорболе (знакомство с правилами, инвентарем, действиями

игроков)

2. Формировать у детей двигательные умения и навыки (общие и специальные, т.е. присущие данному виду спорта)

3. Развивать физические качества (быстрота, ловкость, сила, выносливость)

Воспитательные:

1. Воспитывать интерес к занятиям спортом

2. В процессе игры воспитывать следующие качества: ответственность, чуткость, внимательное отношение к товарищу, справедливость, дисциплинированность

3. Учить следовать правилам

4. Стараться избегать споров и конфликтов. В случае необходимости решать их конструктивным способом

К занятиям по флорболу допускаются все дети, в возрасте от 5 лет, желающие заниматься по данной общеобразовательной программе.

Общее количество академических часов – 64 часа

Общая продолжительность одного академического часа в соответствии с возрастом и требованиями СанПин 2.4.1.3049-13 – 25 минут

Срок реализации образовательной программы – 8 месяцев

Количество учебных недель – 32 недели

Количество академических в неделю – 8 часов

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса:

1. Спортивный зал;
2. Футбольные ворота – 2 штуки;
3. Ключки – 10 штук;
4. Мяч – 2 штуки.

Планируемые результаты:

1. Овладеть комплексом специальных знаний, двигательных умений и навыков по флорболу;
2. Динамика индивидуальных показателей развития физических качеств;
3. Сохранение и укрепление здоровья, улучшение физического развития;
4. Приобретение потребности в физических упражнениях и устойчивого интереса к занятиям;
5. Приобретение навыков общения в коллективе.

Организационно-педагогические условия.

Учитывая возрастные и психологические особенности детей дошкольного возраста, а так же понимая, что обучение спортивным играм и упражнениям проходит более успешно при реализации всех дидактических принципов, выделим требования к построению педагогического процесса в данной области:

1. Основой методики является игровая форма проведения занятий
2. Важно обеспечить доступность материала и индивидуальный подход к детям
3. Учет возрастных особенностей и на его основе обеспечение правильности заданий
4. Сознательное освоение знаний (ребенок должен понимать, почему в различных ситуациях он принимает то или иное решение)
5. Активное отношение ребенка, желание
6. Использование подводящих упражнений
7. Эмоциональность, увлечение разнообразием упражнений и игр
8. Поощрение творческой активности

Что такое флорбол...

Флорбол – игра в закрытом помещении клюшками и мячом между двумя командами. Цель обеих команд – забить мяч в ворота соперника, препятствуя последним забить мяч в ворота своей команды. Мяч можно вести, передавать, отбивать, катить в любом направлении, соблюдая определенные правила.

Флорбол (от англ. «мяч на полу) – самый молодой из видов хоккея вообще. Родоначальниками флорбола по праву считаются шведы, которые и придумали ее как вспомогательное средство для тренировок хоккеистов при отсутствии льда в межсезонье, начав играть в нее еще в середине 70-х годов 20-го века. Никто и не предвидел, что хоккей в залах так быстро завоеует популярность и распространится по всему миру. Зародившись 35 лет тому назад в Швеции, флорбол покорил практически все страны Европы, США и Японию. Популярность флорбола набирает темп и обретает большую популярность во всем мире. Особое распространение он получил в странах Скандинавии. В Швеции, например, флорбол является спортом номер два по темпам развития после футбола. Многие известные спортсмены из других видов спорта используют в своих тренировках флорбол как средство дополнительной подготовки. Специалисты образования, науки, науки и спорта европейских стран уже ввели этот вид спорта в школьную программу воспитания. Азы этой увлекательной игры дети познают в детском саду. В России флорбол начал культивироваться в начале 90-х годов прошлого века. Первопроходцами стали спортсмены из Омска. Затем эстафету подхватили Нижний Новгород, Архангельск, Северодвинск, Санкт-Петербург, Москва, Московская область. Начиная с 1993-го года, проводятся Чемпионаты и Розыгрыши Кубка России среди мужских и женских команд, Всероссийские детские турниры. С 1997-го года сборная России регулярно выступает на международных соревнованиях.

Каковы причины выбора флорбола для работы с детьми дошкольного возраста

1. Флорбол это безопасный вид спорта, как для самих игроков, так и для помещений, так как игроки играют клюшками и мячами, изготовленными из пластиковых материалов. Игра строится на справедливости и корректности и никакой грубости и фальши.
2. Флорбол развивает ловкость, выносливость, быстроту и практически не имеет никаких противопоказаний.
Флорбол влияет на становление личности ребенка в целом (физическая подготовленность,

- положительное развитие психических качеств, становление воли, самоконтроля, ощущение ребенком себя как равноправного члена команды);
3. Правила игры предельно просты и доступны;
 4. Для флорбола могут использоваться любые ровные площадки с различным покрытием (земляным, деревянным, резиновым или асфальтовым), т.е. можно с успехом играть на небольших дворовых пятачках, в хоккейных коробках, любом спортивном зале.
 5. Флорбол не требует какого-либо громоздкого оборудования. Используются легкие травмобезопасные клюшки весом до 380 грамм и пластиковые мячи весом 23 грамма. Мяч, клюшка и спортивная форма – вот атрибут флорбола.
 6. Флорбол – единственный вид командного спорта, где в одной команде могут играть разнополые игроки.
 7. Флорбол – круглогодичный вид спорта. Игру можно организовывать как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках
 8. Допускается изменение количественного состава команды (от 3-х и более) в зависимости от размера площадки;
 9. И, наконец, флорбол – это очень динамичная и зрелищная командная игра.

Таковы педагогические выгоды игры во флорбол с детьми дошкольного возраста.

Влияние флорбола на развитие личности ребенка.

Однозначно, что флорбол, как и другие спортивные игры и упражнения способствует укреплению здоровья детей, совершенствованию функций организма (дыхательной, сердечнососудистой, нервной систем и т.д.) способствует физическому развитию. Особенно благоприятные условия создаются для развития точности, ловкости движений, глазомера, ориентации в пространстве. Помимо влияния флорбола непосредственно на организм ребенка необходимо рассмотреть психологическую характеристику. Среди развивающихся во время игры во флорбол психических качеств следует выделить внимание, восприятие, волевые качества. Эффективность игровой деятельности в значительной мере связывается с проявлением внимания, его объема, интенсивности, устойчивости, распределения и переключения. При этом под объемом внимания понимается способность игрока одновременно держать в поле зрения несколько объектов: мяч, игроков противника и партнеров. Концентрация внимания на наиболее важном объекте свидетельствует об интенсивности внимания, а умение противостоять различным отвлекающим действиям определяется устойчивостью внимания. Умение ориентироваться в обстановке тесно связано с процессом восприятия. Оно определяется периферическим и глубинным зрением, а так же включает специфические виды восприятия: «чувство ворот», «чувство мяча», «чувство времени и пространства». Игра во многом зависит от степени проявления волевых качеств и свойств: инициативности, решительности, целеустремленности. Естественно, что ребенок – дошкольник характеризуется неустойчивостью и незрелостью развития данных качеств. Развитие данных качеств в старшем дошкольном возрасте наиболее активно происходит во время игры, в том числе спортивной. Отсюда, основное правило – основой методики обучения флорболу детей-дошкольников является игровая форма проведения занятий, т.е. в детский сад ни в коем случае не переносится методика проведения тренировок. Флорбол – игра командная. Дети учатся понимать общую цель, брать на себя ответственность за свои действия, не подводить команду. У детей вырабатывается привычка поступаться личными интересами ради достижения общей цели команды. Совместная игра способствует взаимопониманию, умению считаться с другими детьми. Дошкольники приучаются оказывать помощь игроку, полавшему в затруднительное положение. В играх коллективного характера дети учатся самостоятельно решать конфликты и ссоры.

Рабочая программа.

Содержание программы реализуется в основном на кружковых занятиях.

Кружковые занятия строятся по следующему алгоритму:

1. Разминка;
2. Ознакомление детей с новым материалом (показ, повторение детьми, обращение внимания на качество, включение в игровое упражнение);
3. Повторение и закрепление уже известного материала и совершенствование уже имеющихся двигательных навыков в процессе игр и упражнений;
4. Игра по упрощенным правилам;
5. Заключительная часть.

Программа состоит из 3-х блоков, взаимосвязанных между собой:

1. Подготовка педагогов
2. Работа с детьми
3. Работа с родителями

Рассмотрим каждый блок более подробно.

1-ый блок. Подготовка педагогов.

Каждый педагог детского сада должен понимать для чего ведется данная работа с детьми, знать влияние на оздоровление, развитие, видеть возможности для решения педагогических задач посредством флорбола. Воспитатель каждой конкретной группы общается с детьми, родителями, является непосредственным помощником инструктора по физической культуре. Естественно, что результаты будут наиболее эффективны при тесном взаимодействии всего педагогического коллектива. Для этого необходимо заинтересовать каждого педагога. О чем необходимо рассказать воспитателям?

- Влияние флорбола на развитие личности
- Цели и задачи данной программы (оздоровительные, воспитательные, развивающие)
- Ознакомление с флорболом
- История развития
- Необходимый инвентарь
- Правила игры
- Требования к организации работы с детьми

Далее воспитателей необходимо познакомить с играми и игровыми упражнениями, на которых построена содержательная часть программы. Достичь предлагаемых знаний возможно следующими способами:

- Беседы
- Чтение специальной литературы
- Просмотр видеofilьма (презентации)
- Обмен опытом
- Семинары, практикумы и др.

2-ой блок. Работа с детьми.

Работа с детьми в русле данной программы имеет два направления. Во-первых: это формирование первоначальных знаний о флорболе (правила игры, знакомство с инвентарем, понимание действий игроков). Во-вторых: овладение навыками, присущими данному виду спорта.

Ознакомление со спортивной игрой включает в себя:

1. Знакомство с правилами
2. Знакомство с инвентарем
3. Понимание действий игроков
4. Методы работы:
5. Разъяснение
6. Показ
7. Специальные занятия по знакомству с инвентарем (клюшкой, мячом и т.д.)
8. Моделирование правил игры
9. Моделирование игровых ситуаций
10. Просмотр игры, тренировки (использование видеоотчетов, вживую)
11. Беседы со спортсменами.

Применение полученных знаний в разных видах двигательной активности (кружковые занятия, игры по упрощенным правилам, эстафеты, самостоятельная деятельность, совместные игры с родителями и т.д.)

В результате у ребенка формируется интерес к игре. Также обеспечивается сознательное освоение действий. Понимание детьми смысла действий ускоряет процесс формирования навыков, способствует умению в последующей двигательной деятельности самостоятельно подбирать эффективные действия и целесообразно их применять. Сознательное и активное отношение ребенка к действиям возникает только тогда, когда он знает, почему в той или иной ситуации целесообразно применять то или иное действие, выполнять их в определенном направлении. Но для этого недостаточно только разъяснений и показа воспитателем движений в стереотипных упражнениях – необходимо создавать условия для применения разученных действий в разнообразной двигательной активности.

Рассмотрим содержание технической стороны обучения. Пути реализации данного содержания являются в основном подвижные игры, игровые упражнения, а также спортивная игра по упрощенным правилам.

Программа работы в старшей группе детского сада игры и игровые упражнения

1. Знакомство с мячом, манипуляции с ним «У кого меньше мячей», «Мяч водящему», «Сделай фигуру», «Подвижная цель», «Обгони мяч»
2. Знакомство с клюшкой, манипуляции с ней «Прими стойку», «Пройди прямо», «Между предметами с клюшкой», «Оббеги предметы», «Правая - левая рука»
3. Ведение мяча без отрыва от клюшки по прямой «Проведи мяч» «Гонка с мячами», «Встречная эстафета», «Доведи – не потеряй»
4. Остановка мяча клюшкой «Гонка с мячами», «Останови мяч (в парах)», «Встречай мяч (в парах)», «Мяч по кругу», «Стой»
5. Обведение мяча клюшкой вокруг себя и вокруг предметов «Кто быстрее», «Вокруг обруча»
6. Ведение мяча между предметами «Ловкая змейка», «Кто скорее», «Будь ловким», «Чья команда более ловкая», «Доведи – не потеряй», «Туннель»

7. Отбивание мяча о стену и остановка его клюшкой после отскока «Останови»
8. Удар по мячу с места в произвольном направлении. «Не промахнись», «Попади по мячу», «Кто дальше», «Меткая клюшка»
9. Удар по мячу с места с попаданием в цель «Метко в ворота», «Сбей предмет», «Чья команда больше», «Мяч в домик»
10. Ведение мяча, удерживая клюшку двумя руками справа и слева от себя (по прямой, между предметами) «Обведи, не урони», «Лабиринт», «Рисуем цифры», «Кто быстрее до флажка»
11. Передача мяча друг другу, удерживая клюшки справа и слева от себя (по прямой) «Передай точно», «Не пропусти мяч», «Мяч по коридору»
12. Игра по упрощенным правилам

3-ий блок. Работа с родителями.

Вся физкультурно–оздоровительная работа в ДОУ проводится в тесном контакте с семьей. Родителей необходимо знакомить с физической работой в детском саду, информировать о том, каких успехов добиваются дети, приглашать участвовать в совместных физкультурных мероприятиях, рекомендовать способы организации здорового образа жизни в семье.

Цель работы с родителями: внедрение физической культуры и спорта в детский сад и семью, способствовать объединению детей и взрослых общими переживаниями.

Путь реализации: Во–первых, педагоги приглашают родителей на открытые просмотры мероприятий. Это могут быть занятия, кружковая работа, игры, турниры и т. д. Родители непосредственно видят, как обучаются дети в условиях детского сада, наблюдают за собственными детьми.

Во-вторых, положительно зарекомендовали себя праздники и соревнования с участием родителей. В каждой группе родители приглашаются на совместный практикум–семинар с детьми, где дети учат своих родителей азам флорбола. А затем организуются игры–эстафеты с элементами флорбола. Совместные мероприятия с родителями с использованием элементов флорбола проводятся как минимум 2 раза в год. Организация работы по всем трем блокам проходит одновременно и взаимосвязано, что в результате должно привести к определенному программой результату.

Уровни владения техникой флорбола

Три уровня овладения техникой флорбола дошкольника.

3. Ребенок умеет применять движения в реальных условиях. Выполняет движения с большим эффектом. Движения ребенка в игре правильные, уверенные, гибкие, точные. Способен сам организовать спортивную игру со сверстниками, понимает и не нарушает правила в игре. Стремится к игре в команде, осознавая общность результата игры. Выполнение движений попадает под контроль сознания. Ребенок сам контролирует свои действия в игре. Активен, подвижен, быстро реагирует в различных ситуациях. Интерес к спортивной игре повышен, имеется стремление к достижению лучших результатов.

2. Движения выполняются ребенком без особого напряжения, сосредоточения. Иногда допускаются технические ошибки. Большинство движений во время игры экономичны. Ребенок вовлекается в общую игру, делает передачи своим товарищам по команде, начинает переживать за общий результат. Однако больше интересуется собственной игрой. Самоконтроль, самооценка непостоянны. Адекватно оценивает ошибки других детей, замечая свои ошибки. Правила игры принимает, возможны эпизодическое их нарушение. В игре активен. Способен оценивать обстановку, ответно реагировать на действие игроков своей команды и команды соперников. К организации игры самостоятельно стремится, но активен в играх, организованных другими детьми, воспитателем.

Интерес к флорболу устойчивый.

1. Движения ребенка не экономичны, требуется длительная концентрация внимания. Много лишних движений. На освоение новых движений тратится много времени. Понимает, что результат игры зависит от общих усилий команды, но во время игры контакты с другими детьми редки. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке. Допускает нарушения правил спортивной игры. Слабо реагирует на игровую ситуацию. Бывает пассивен, уклоняется от разыгрывания игровых ситуаций, во время игры обособляется от других детей, не стремится овладеть мячом. Самостоятельно игру не организует, в игру организованную другими детьми, включается не всегда. Интерес к флорболу снижен. Ожидаемый результат. В результате работы по программе ребенок - дошкольник знакомится со спортивной игрой флорбол. Появляется интерес к занятиям спортом.

Ребенок осваивает:

1. Правила игры;
2. Способы взаимодействия в игре с игроками своей команды, соперниками;
3. Способы контроля за своими действиями.
4. Качество физической подготовленности улучшается, развиваются быстрота, выносливость, сила, ловкость, точность.
5. Ребенок осваивает новые для него технические навыки: владение клюшкой, способы ведения мяча, различные виды передачи мяча, удар по мячу и т.д.
6. Вовлечение ребенка - старшего дошкольника в спортивную игру оказывает влияние на становление психических качеств: объем, распределение, концентрация внимания, развитие полевого восприятия. Развивает устойчивость аффективно - волевых реакция.
7. Дети становятся более ответственны, внимательны друг другу. Совместная игра дошкольников способствует становлению детского сообщества.
8. И, конечно же, главный из результатов - это укрепление детского организма, оздоровление каждого ребенка, вовлеченного в данную программу.

Таким образом, данная программа представляет собой систему работы с детьми старшего дошкольного возраста по обучению элементов флорбола. Необходимость в создании программы возникла вследствие того, что аналогов для работы с детьми по данной проблеме не существует. Материал программы может быть использован в любом детском саду, начальной школе, а так же для игры на спортивных площадках, в залах, во дворах

Список литературы.

1. Адашкявичене Э.Й Спортивные игры и упражнения в детском саду. М 1992. С.159
2. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. М, 1986,с.128
3. Викулов А.Д. Развитие физических способностей детей. Ярославль.1996,с.176
4. Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду, под ред., З.А. Михайловой. СПб, 2000
5. Концепция дошкольного воспитания (От 16 июня 1989г)
6. Осокина Г.И.. Игры и развлечения детей на воздухе. М.1983,с.224
7. Олин В.Н. Воронцова Т.Ф. Флорбол. Правила соревнований: Учебное пособие. Северодвинск,1997,с.59