

План работы по самообразованию

инструктора по физической культуре Любченко Н.И.
на 2020 – 2021 учебный год



Тема: «Обучение старших дошкольников технико-тактическим приемам игры в «пионербол»».

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мяч и Я – Друзья!» по обучению детей технико-тактическим приемам игры в «пионербол».

Срок реализации – **1 год**

Направленность программы

«Мяч и Я – Друзья!» - дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности для детей 6 - 7 лет по овладению техникой игры с мячом.

Следует отметить, что занятия физическими упражнениями и спортивными играми не предусматривают спортивных целей. В них решаются задачи всесторонней подготовки детей, содействия оздоровлению и задачи воспитательного характера.

Актуальность программы

Увеличивается запрос со стороны родителей на углубление работы по оздоровлению, развитию физических качеств и двигательных способностей детей, на развитие их индивидуальных спортивных способностей и склонностей и, как результат, успешную подготовку детей к началу обучения в школе.

Содержание занятий позволяет максимально приблизить к детям и их родителям возможность получить и дополнительное дошкольное образование в области физического развития, и выявить и развить индивидуальные спортивные способности ребенка, проявить творческий потенциал, и конечно, укрепить здоровье. А раннее выявление, обучение и воспитание способных и одаренных детей составляет одну из главных проблем совершенствования системы образования.

Отличительные особенности программы

Содержание данной программы может варьироваться в зависимости от способностей детей и условий её использования, предъявляя, при этом, высокие требования в процессе обучения к детям, которые только начали заниматься и к детям, которые уже имеют некоторые навыки и умения.

Новизна программы

Развитие психомоторных способностей дошкольников и повышение физических возможностей ребенка, осуществляется в интеграции учебно-воспитательного процесса и дополнительной активной деятельности.

Данная программа открыта для всех инноваций, может дополняться и моделироваться в соответствии с потребностями времени.

Цель: обогащение двигательного опыта дошкольников через овладение технико-тактическими приемами спортивной игры «пионербол».

Задачи

Предметные

1. Ознакомление воспитанников со спортивной игрой «пионербол», её правилами.

2. Способствование овладению новой техникой действий без мяча и простейшими технико-тактическими действиями с мячом.

3. Формирование умения применять двигательные навыки в разных игровых ситуациях, быстро реагировать на динамически изменяющиеся условия, согласовать движения.

Метапредметные

1. Развитие двигательных способностей детей, зрительного и слухового восприятия, ориентировки на площадке.

2. Формирование умения определять целесообразные способы и игровые ситуации действий с мячом (анализировать свои действия, настойчиво и уверенно стремиться к лучшим результатам).

Личностные

1. Формирование целевой установки на здоровый образ жизни, мотивации детей к систематическим занятиям спортом.

2. Воспитание умения играть коллективно и дружно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

Адресат программы

Программа адресована детям от 6 до 7 лет.

Количество обучающихся: 12-15 человек. Группа одной возрастной категории.

Для обучения принимаются все желающие. Но при комплектовании группы детей для занятий, учитывается проявление большей потребности в играх с мячом.

Объём и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 года обучения.

- Количество занятий в учебный год: 31 (с 3 недели сентября по 2 неделю мая).

- Количество занятий в месяц: 4

- Количество занятий в неделю: 1

- Длительность занятия: 30 минут

Итогом детской деятельности могут служить физкультурные праздники, открытые турниры, товарищеские встречи и др.

Содержание программы

Организованная, системная работа дополнительной программы «Мяч и Я – Друзья!» является одной из приоритетных форм в работе с дошкольниками и служит действенным средством в решении комплекса задач физкультурного образования детей дошкольного возраста.

Среди игр с элементами спорта можно выделить игру «пионербол» – один из вариантов игры в волейбол по облегченным правилам. При правильной организации этой игры открываются большие возможности для эффективного оздоровительного влияния на детский организм.

В программе содержится теоретический и практический материал.

В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в пионербол.

В практической части изучаются технические приемы и тактические комбинации, а также упражнения специальной физической подготовки детей. Большое внимание уделяется формированию элементов техники и закреплению двигательных умений на основе высокой степени повторяемости и оптимальной последовательности способам владения мячом.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Знакомьтесь – «Пионербол»: - знакомство дошкольников со историей спортивной игры «пионербол»	1	1		
2	Основы знаний: - правила игры в «пионербол»; - спортивные термины; - жесты судей.	2	2		
3	Основные правила техники безопасности: - инструктаж по технике безопасного поведения при индивидуальной и совместной работе с мячом	1	1		
4	Общая и специальная физическая подготовка: - развитие двигательных способностей; - развитие физических качеств.	3		3	
5	Обучение технико-тактическим приёмам: - последовательность обучения двигательным действиям без мяча - последовательность обучения двигательным действиям с мячом	13		13	
6	Подвижные игры с элементами пионербола: - подвижные игры с мячом; - спортивные игры с мячом.	8		8	
7	Диагностическое обследование: - оценка уровня усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом (начало и конец года)	2			2
	Дружеский турнир по «пионерболу»	1			1
	Итого	31			

Планируемые результаты освоения программы

В результате реализации программы обучающиеся будут уметь владеть технико-тактическими приемами спортивной игры в «пионербол».

В процессе освоения программы обучающиеся будут иметь возможность приобрести новый двигательный опыт и проявить:

- = умение определять целесообразные способы и игровые ситуации действий с мячом;

- = способность играть коллективно и дружно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

Повысится уровень развития двигательных способностей дошкольников и устойчивый интерес к здоровому образу жизни через занятия спортом и физкультурой.

Условия реализации программы

Для реализации программы «Мяч и Я – Друзья!» в детском саду имеется спортивный зал, который оснащён необходимым инвентарём и оборудованием. Это позволяет включить в работу всю группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий.

Учебное помещение (спортивный зал ДООУ) соответствует требованиям санитарных норм и правил, установленных СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41.

Спортивный зал располагается в здании МБДОУ №1 «Родничок» на 1-м этаже. Общая площадь составляет 100м².

Материально-техническое обеспечение

Материально-технические условия нашего ДООУ обеспечивают высокий уровень физического развития дошкольников. Детский сад оснащен в достаточном количестве мягким и жестким инвентарем, имеется необходимое физкультурное и игровое оборудование.

Для осуществления образовательного и оздоровительного процесса используются технические средства обучения:

- = компьютер с проводным выходом в сеть Интернет, ноутбук с беспроводным выходом в сеть Интернет через Wi-Fi,

- = принтер – 1 шт.,

- = мультимедийная система – 1 шт.,

- = экран рулонный настенный – 1 шт.,

- = проектор – 1 шт.,

- = музыкальный центр – 1 шт.,

- = видеокамера - 1 шт.,

- = фотоаппарат – 1 шт.

Предметно-пространственная развивающая среда яркая, безопасная, доступная, познавательная, отвечающая потребностям и интересам всех детей. Созданы необходимые условия для того, чтобы эта среда была комфортной, подвижной и вызывала, прежде всего, стремление к самостоятельной деятельности у каждого воспитанника. Это условия, обеспечивающие подбор спортивного инвентаря и физкультурного оборудования с учетом

педагогических, гигиенических и эстетических требований, предъявляемых к ним. Наличие раздаточного материала, в том числе и по количеству воспитанников.

Средства обучения
Мячи резиновые большие d=20 см
Мячи резиновые средние d=16 см
Мячи резиновые малые d=8 см
Мячи массажные
Мячи надувные
Мячи - хопы
Мячи футбольные
Мячи волейбольные
Мячи теннисные
Мячи набивные (масса 1кг)
Кегли, конусы, разновысотные дуги
Волейбольная сетка, стойки
Баскетбольная корзина
Теннисные ракетки с мячами
Обручи большие и средние
Гимнастические скамейки

В процессе двигательной активности детей, по мере необходимости, используется вспомогательный спортивный инвентарь и оборудование, сопутствующие дидактические материалы и наглядные пособия.

Дети занимаются на занятии в удобной спортивной одежде и обуви; инструктор по физической культуре также в спортивной форме.

Формы подведения итогов:

- дружеский турнир по «пионерболу» среди воспитанников детского сада;
- товарищеская спортивная встреча между соседними садами;
- фотоотчет на сайте детского сада.

Форма выявления конечного результата: диагностическое обследование воспитанников - определение уровня усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом на конец учебного года.

Оценочные материалы

Для выявления у воспитанников уровня усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом было проведено диагностическое обследование. В обследовательской деятельности использовалась методика Николаевой Н.И.

Тесты (контрольное упражнение)

1. Подбрасывание мяча вверх и ловля его
2. Отбивание мяча об пол одной рукой
3. Отбивание правой – левой рукой на месте
4. Ведение мяча, продвигаясь вперед
5. Перебрасывание мяча через сетку друг другу

Количественно-качественная обработка результатов проводилась на основе критериев, предложенных Николаевой Н.И. «Уровни усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом».

Количественно-качественная обработка результатов проводилась на основе критериев, предложенных Николаевой Н.И. «Уровни усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом».

Результаты обследования могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- = индивидуализации деятельности дошкольников в рамках реализации программы;
- = оптимизации работы с группой воспитанников;
- = оценка индивидуального развития ребёнка, связанная с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе дальнейшего планирования.

Выводы, сделанные на основе результатов диагностического обследования, позволяют планировать и организовывать дальнейшую работу.

Методы обучения, используемые в программе: словесный, наглядный, практический, игровой, проблемный.

- словесный метод (рассказ, беседа, объяснение, комментирование, указание, команды, распоряжение, поощрение, оценка, анализ двигательных действий и др.);

Этот метод важен при изучении новых элементов техники, правил игры.

- наглядный метод (демонстрация и показ, имитация, поддержка, помощь, страховка, использование зрительных ориентиров; использование схематичных изображений – алгоритмов выполнения упражнений и наглядных пособий);

При занятии с детьми данной возрастной группы большое значение имеет метод зрительного восприятия. Показ физических упражнений создает зрительное представление о самом физическом упражнении, демонстрация наглядных пособий помогает уточнять их технику.

- практический метод (выполнение движений (совместно–распределенное, совместно–последовательное выполнение вместе с педагогом и самостоятельно), повторение упражнений с изменениями и без);

Методы двигательного восприятия основаны на активной деятельности детей и характеризуются многократным выполнением действия по строгой регламентации, либо разучивании по частям или в целом.

- игровой метод (творческие задания, подвижные игры, игровые упражнения, соревнования и др.);

Игровой и соревновательный методы являются неотъемлемой частью при любой форме организации занятий.

- проблемный метод на занятии используется в виде наблюдения, как самостоятельно, так и под руководством педагога, что способствует привлечению детей к анализу различных игровых ситуаций, давая воспитанникам решать игровые проблемы самостоятельно.

- метод упражнений с четко заданной программой действий, порядком их повторения, точной дозировкой нагрузки и установленными интервалами отдыха (для целенаправленного развития данного физического качества).

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы

Ведущей **организационной формой обучения** является специально организованное практическое занятие, включающее игровые упражнения,

групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

Фронтальная форма обучения позволяет достичь высокого тренировочного эффекта, который наиболее эффективен при разучивании упражнений, отработке элементов техники выполнения, при закреплении игровых правил.

Групповая форма обучения позволяет добиться дозирования нагрузки, а так же необходимой активности воспитанников.

Индивидуальная форма обучения необходима при выполнении детьми персональных заданий, которые выполняются самостоятельно.

В рамках реализации программы используются также сопутствующие формы организации детской деятельности:

- демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах безопасного поведения при индивидуальной и совместной работе с мячом;
- просмотр мультфильмов, видеороликов на спортивную тематику, беседа;
- использование интерактивных дидактических игр, мультимедиа-книжки обучающего характера «Спортивная азбука в картинках»;
- игра, эстафета, соревнование, турнир, квест, праздник.

Методическая литература

1. Анисимова Т.Г., Савинова Е.Б. Физическое развитие детей 5-7 лет: планирование, занятия с элементами игры в волейбол, подвижные игры, физкультурные досуги. - Волгоград: Учитель, 2009.

2. Воротилкина И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении: Методическое пособие. - М.: НЦ ЭНАС, 2006.

3. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Играйте на здоровье! Парциальная программа и технология физического воспитания детей 3-7 лет. Издание 2. Переработанное и дополненное. - Б.: Белый город, 2013.

4. Николаева Н.И. Школа мяча. Учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений. - СПб.: Детство - Пресс, 2012.

5. Никоноров В.Т. Формирование школы мяча: учебно-методическое пособие / В.Т. Никоноров, Д.В. Никоноров. – Чебоксары: ЧГПУ им. И.Я. Яковлева, 2010.

6. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду 5-7 лет. Пособие для воспитателя детского сада. - М.: Айрис-Пресс, 2000.

7. Рунова М.А. Движение день за днем. Двигательная активность – источник здоровья детей. - М.: Линка-Пресс, 2007.

8. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2012.

9. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. - М.: ТЦ Сфера, 2005.

10. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3—7 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений: В 3 ч. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — Ч. 1: Программа «Старт». Методические рекомендации.

11. Информационно-образовательные ресурсы.