

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка – «Детский сад № 3 «Морозко»

		УТВЕРЖДЕНА приказом заведующего МАДОУ № 3 «Морозко» от 01.09.2025 № 47/Д
--	--	---

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Весёлый мяч»
для детей 3-4 лет
на 2025-2026 учебный год.

Руководитель -
Савина Нина Александровна,
педагог дополнительного образования

Северодвинск
2025

1. Пояснительная записка.

1.1. Направленность программы – программа имеет физкультурно-спортивную направленность, которая является важным направлением в физическом развитии. Данная программа нацелена на физическое совершенствование младших дошкольников, приобщение к здоровому образу жизни, способствует физическому развитию детей. Достигается это благодаря созданию комфортной атмосферы на занятии.

1.2. Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность и отличительные особенности программы.

Важнейшим условием нормального развития ребенка, а также одной из главных форм жизнедеятельности растущего организма является двигательная активность. От неё во многом зависит развитие физических качеств, состояние здоровья, работоспособность, успешное освоение рабочего материала, настроение и долголетие организма. Дополнительная образовательная программа «Весёлый мяч» физкультурно-спортивной направленности, это занятия с мячом, которые направлены на удовлетворение естественной потребности ребёнка в движении. В процессе занятий у детей развивается интерес к различным видам и формам двигательной активности; они повышают эмоциональный тонус детей, позволяют раскрыть творческий потенциал каждого ребенка, выявить и развить его интересы, а также способствуют эмоциональной смене деятельности. «Весёлый мяч» - это развитие крупных и мелких мышц обеих рук; увеличение подвижности всех суставов пальцев и кистей рук; развитие ЦНС, координационных способностей, глазомера, ритмичности, согласованности движений; быстроты, силы и ловкости. На занятиях используются все виды мячей, в том числе и мячи-фитболы. Занятия на больших гимнастических мячах положительно воздействуют на весь опорно-двигательный аппарат и работу вегетативных систем организма. Выполняя упражнения на мячах, детям необходимо удерживать баланс, что создаёт прекрасные условия для работы как мелких, так и глубоких мышц. Упражнения с мячом ориентированы на развитие общей выносливости и работоспособности организма.

Актуальность программы определяется направленностью на создание условий для повышения двигательной активности у детей дошкольного возраста, необходимых для успешного развития всех физических качеств, а также для повышения интереса детей к физкультурным занятиям, что соответствует документам, регулирующим основные направления физического воспитания в дошкольных учреждениях и определяющим приоритетные направления совершенствования физического воспитания в образовательных учреждениях: (ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», статья 14; Приказ «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»).

Проблема здоровья подрастающего поколения в последнее время стала очень актуальной, так как обществу нужны творческие, гармонично развитые, активные личности. Негативное влияние на организм ребенка различных факторов окружающей среды приводит к ухудшению состояния здоровья, снижению умственной и физической активности. С каждым годом растет количество детей, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями, ожирением, нарушением осанки, речи, зрения, координации движений, деятельности органов дыхания. Снижается сопротивляемость организма различного рода заболеваниям. В этой связи актуальной становится проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья ребенка, коррекции недостатков физического развития, профилактики заболеваний и увеличения двигательной активности как мощного фактора интеллектуального и эмоционального развития человека.

Новизна программы. Ведущей концептуальной идеей программы, подчинённой основной цели всестороннего, целостного и гармоничного развития личности каждого ребёнка, является создание условий для укрепления здоровья детей на основе использования занимательных, нетрадиционных методов. Программа включает новое

направление: футбол-гимнастика, игры-упражнения с мячами – ёжиками, освоение которых поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию, профилактике различных заболеваний.

Педагогическая целесообразность Современная физкультурно-оздоровительная работа – это постоянное движение вперед, пополнение арсенала используемых средств и методов тренировки. Основным средством, как и раньше, являются физические упражнения, вспомогательными – различные приспособления, которые помогают разнообразить эти упражнения и сделать их более интересными и занимательными. Чем раньше ребенок ощутит радость от физических нагрузок, тем лучше. Если с младшего возраста регулярные занятия физкультурой дети воспримут, как само собой разумеющееся, то в дальнейшем ребенок сам будет испытывать потребность в занятиях, связанных с физическими нагрузками. Кроме того, гимнастика на мячах – фитолах, игры и упражнения с мячами разного диаметра – отличный способ выплеснуть неумную детскую энергию.

Отличительной особенностью данной программы является расширение возможностей физического воспитания на основе планирования и организации процесса развития двигательных способностей в процессе игры с мячом и максимального приближения занятий к игровой деятельности, соответствие их содержания возможностям и подготовленности детей.

Программа построена на основе пособия Л.И. Пензулаевой «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет» (Издательство Владос, 2003 г.) и пособия А.А. Нечитайловой, Н.С. Полуниной, М.А. Архиповой «Фитнес для дошкольников» (СПб. – ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2017., с элементами программы Е. Г Сайкиной, С.Г. Кузьминой – Футбол-аэробика для детей «Танцы на мячах» (СПб. – издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2008 г.).

1.3. Адресат программы.

Дополнительная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 3 - 4 лет.

Характеристика особенностей развития детей 3-4 лет.

Возрастные особенности: младший дошкольный возраст характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. Повышается активность ребёнка, усиливается её целенаправленность, более разнообразными и координированными становятся движения. Действия ребёнка приобретают целенаправленный характер. В подвижной игре дети начинают действовать в соответствии с заранее намеченной целью. В силу неустойчивости внимания, несформированности произвольности поведения, ребёнок быстро отвлекается, оставляет одно дело ради другого.

1.4. Уровень программы, объем, сроки и этапы реализации программы. Уровень программы – ознакомительный.

В течение учебного года проводится 27 образовательных занятий.

На первом этапе дети знакомятся с правилами поведения на занятиях, с техникой безопасности, учатся садиться на мяч - футбол, держать равновесие на мяче, выполнять простые упражнения на мяче, знакомятся с разными мячами.

На втором этапе дети выполняют игровые упражнения на мяче-футболе и с другими разными мячами.

На третьем этапе уверенно выполняют упражнения на мячах и с мячами, играют в подвижные игры.

1.5. Формы обучения и режим занятий.

Занятия по физкультурно-оздоровительной деятельности с использованием разных мячей проводятся в очной форме обучения по 10-12 человек в физкультурном зале.

Форма обучения: фронтальная

Занятия проводятся в игровой форме.

Режим занятий и особенности организации учебного процесса.

1 занятие в неделю по 15 минут (? занятий в год)

Понедельник.

15.10 - 15.25 - вторая младшая группа № 9 «Снежинка»;

15.35 – 15.50 - вторая младшая группа № 12 «Рябинка»;

1.3. Цель и задачи программы.

Цель программы: формирование практических двигательных умений и навыков в процессе игр и упражнений с мячом.

Задачи программы:

Образовательные:

- Обогащать двигательный опыт детей: посредством выполнения упражнений с мячами разного диаметра, выполняя общеразвивающие упражнения на гимнастических мячах (фитболах), путем участия в подвижных играх с мячами.
- Формировать эмоционально-личностное отношение детей к играм с мячом, начиная от простого восприятия и интереса до устойчивых и активных проявлений самого ребенка;

Развивающие:

- Развивать нервно-мышечную координацию посредством ОРУ на мячах и игр с мячом.
- Развивать основные физические качества (силу, быстроту, ловкость, выносливость) в соответствии с возрастом через игры с мячами;

Воспитательные:

- Воспитывать умение быть организованным, формировать дружеские взаимоотношения со сверстниками, стремление быть инициативными в подготовке и уборке материала после занятия.
- Обеспечивать физическое и психическое благополучие.

Учебный план.

№	Разделы работы	X	XI	XII	I	II	III	IV
•	Прокатывание мяча	+	+	+				
•	Бросание мяча	+	+	+				
•	Ловля мяча		+	+	+			
•	Отбивание мяча			+	+	+		
•	Метание мяча				+	+	+	
•	Подвижные игры с мячами	+	+	+	+	+	+	+
•	ОРУ на мячах-фитболах	+	+	+	+	+	+	+
Всего занятий		4	4	3	3	4	4	4
Количество занятий за год: 26								

2. Учебно-тематический план программы

№	Задачи	Игры и игровые упражнения	Материал
Октябрь			
1	-Познакомить детей с разными видами мячей -Обучать умению садиться на гимнастический мяч с помощью взрослого и выполнять простые упражнения на мяче - Развивать умения удерживать равновесие -Воспитывать желание заниматься с мячами.	«Здравствуй мячи»: Гимнастика на мячах-фитболах (комплекс №1) Знакомство с разными мячами. Катание мяча друг другу. П/и «Мой весёлый звонкий мяч». «Поиграем с ёжиками».	Гимнастические мячи и разные виды мячей по числу детей.
2	- Продолжить обучать умению садиться на гимнастический мяч, закреплять умение прокатывать мяч. -Развивать ловкость, меткость, умение держать равновесие. - Воспитывать желание работать с мячом.	Гимнастика на мячах-фитболах (комплекс №1) Игры с мячом-ёжиком. Прокатывание мяча друг другу и в ворота. Катание мяча вперёд из разных исходных положений. П/и «Мой весёлый звонкий мяч».	Гимнастические мячи и мячи диаметром 20 см, ворота.
3	- Учить скатыванию мяча по доске, закреплять умение прокатывать мяч вперёд из разных и.п., самостоятельно садиться на мяч-фитбол. - Развивать ловкость, равновесие. - Воспитывать желание участвовать в подвижных играх и игровых упражнениях.	Комплекс № 1. Игры с мячом-ёжиком. Скатывание мяча по наклонной доске. Прокатывание мяча вперёд из разных исходных положений. П/и «Мяч по кругу»	Тот же + гимнастическая доска.
4	- Обучать прокатыванию мяча по скамейке, закреплять умение прокатывать мяч по наклонной доске. - Развивать ловкость, умение держать равновесие на гимнастическом мяче – фитболе. - Воспитывать умение работать в коллективе.	Комплекс №1. Игры с мячом-ёжиком. Скатывание мяча по наклонной доске. Прокатывание мяча по скамейке, придерживая его руками. П/и «Мяч по кругу».	Тот же + гимнастическая скамейка.

Ноябрь

1	- Учить выполнять бросок мяча вверх и ловля его двумя руками. - Развивать умение действовать сообща, быстро реагировать на сигналы. - Воспитывать желание действовать с мячами разных диаметров.	Гимнастика на мячах-фитболах: комплекс № 2. Игры с мячами-ёжиками. Бросание мяча вверх и ловля его (1-2 раза). Прокатывание мяча по скамейке. П/и «Толкай мяч руками»	Мячи-фитболы мячи d-20 см. мячи-ёжики, скамейка один большой мяч d- 80 см.
2	- Закреплять умения подбрасывать мяч вверх, ловить его и бросать мяч друг другу. - Развивать меткость при бросании мяча друг другу. - Воспитывать навык самостоятельного подбора мяча.	Комплекс № 2. Игры с мячом – ёжиком. Подбрасывание мяча вверх и ловля его (2-3 раза). Бросание мяча друг другу руками снизу (2 м). Бросание мяча через шнур. П/и «Толкай мяч ногами»	Тот же, без скамейки.
3	- Упражнять в перебрасывании мяча через шнур. - Развивать меткость, ловкость, быстроту и выносливость. - Воспитывать умение действовать вместе со всеми детьми.	Комплекс № 2. Игры с массажным мячом. Бросание мяча друг другу. Перебрасывание мяча через шнур (1,5 м). Бросание мяча вверх и ловля его 2 руками (4-5 раз). П/и «Брось и догони».	Тот же + шнур.
4	- Закреплять и совершенствовать умение бросать и ловить мяч. - Развивать меткость, ловкость, быстроту и выносливость. - Воспитывать навык самостоятельного подбора мяча.	Комплекс № 2. Бросание мяча через шнур. Бросание мяча вверх и ловля его 2 руками (4-5 раз). П/и «Брось и догони». Игры с массажным мячом.	Тот же.

Декабрь

1	- Закреплять умение бросать и ловить мяч. - Развивать выносливость, ловкость. - Воспитывать бережное отношение к спортивному инвентарю.	Комплекс гимнастики № 3. Игры с мячом-ёжиком. Ловля мяча, брошенного воспитателем. Бросание мяча вверх и ловля его. П/и «Быстро возьми».	Мячи разных диаметров по количеству детей.
2	- Закреплять умение ловить мяч. - Развивать физические качества. - Воспитывать бережное отношение к спортивному оборудованию.	Комплекс № 3. Игры с мячом – ёжиком. Ловля мяча – работа в паре. Ловля мяча, брошенного воспитателем. П/и «Быстро положи».	Тот же.
3	- Закреплять умение подбрасывать и ловить мяч. - Развивать ловкость, силу, выносливость. - Воспитывать дружелюбное отношение друг к другу.	Комплекс № 3. Игры с мячом-ёжиком. Ловля мяча, брошенного другим ребенком. Подбрасывание и ловля мяча. П/и «Быстро положи».	Тот же.

Январь

1	- Обучать принимать правильное исходное положение при отбивании мяча об пол, закреплять умение бросать и ловить мяч. -Развивать ловкость, быстроту, выносливость. -Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Комплекс № 4. Игры с мячом-ёжиком. Отбивание мяча двумя руками об пол и ловля его после отскока Ловля мяча, брошенного воспитателем. Бросание и ловля мяча. П/и «Попади в воротики»	Тот же + ворота.
2	- Обучать отбивать мяч об пол одной и двумя руками. -Развивать ловкость, быстроту, выносливость. -Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Комплекс № 4. Игры с мячом- ёжиком. Отбивание мяча одной рукой 1-2 раза, двумя руками 2-3 раза. П/и «Попади в ворота».	Тот же.
3	- Продолжать обучать отбивать мяч об пол одной и двумя руками. -Развивать меткость, ловкость. -Воспитывать желание принимать участие в подвижных играх и игровых упражнениях.	Комплекс №4. Игры с мячом-ёжиком. Отбивание мяча одной и двумя руками. П/и «Сбей шариком кеглю»	Мячи разных диаметров шарики пластмассовые и кегли.

Февраль

1	- Закреплять умение отбивать мяч об пол правой и левой рукой. -Развивать физические качества. -Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Комплекс № 1. Игры с мячом-ёжиком. Отбивание мячом в определённое место (в кольцо). Отбивание мяча правой и левой рукой об пол. П/и «Бусинки»	Мячи разного диаметра по количеству детей. Карточки для игры «Бусинки».
2	- Обучать играм и игровым упражнениям с малым мячом -Развивать мелкую моторику. -Воспитывать интерес к играм с мячами малого диаметра	Комплекс № 1. Игры с массажным мячом. «Школа мяча» - игры с мячом малого диаметра. П/и «Соберите шарики по цвету».	Мячи фитболы, массажные мячи, мячи диаметром 8 см, разноцветные шарики 2 корзины.
3	-Продолжать обучать играм и игровым упражнениям с малым мячом. -Развивать мелкую моторику, точность. -Воспитывать внимательность и дружелюбиепо отношению друг к другу.	Комплекс № 1. Игры с массажным мячом. «Школа мяча» - игровые упражнения с мячом малого диаметра. П/и «Соберите шарики по цвету».	Тот же.
4	- Обучать метанию вдаль правой и левой руками, упражнять в отбивании мяча. - Развивать ловкость, быстроту действий. - Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу	Комплекс № 1. Игры с массажным мячом. Метание мяча вдаль (4-5 м). Отбивание мяча правой и левой рукой. П/и «Зайцы и волк» на фитболах.	Фитболы, мячи диаметром 20 см, массажные мячи, малые мячи.

Март

1	-Продолжать обучать метанию мяча вдаль, закреплять умение ловить мяч. - Развивать выносливость, ловкость. - Воспитывать умение действовать в одном для всех темпе.	Комплекс № 2. Игры с массажным мячом. Метание мяча вдаль правой и левой рукой. Ловля мяча, брошенного воспитателем. П/и «Зайцы и волк».	Тот же.
2	- Обучать метанию в горизонтальную цель, закреплять умение бросать мяч вдаль. - Развивать глазомер. - Воспитывать желание самостоятельно убирать игровой материал на место	Комплекс № 2. Игры с массажным мячом. Метание мяча вдаль. Метание в горизонтальную цель (2-2,5 м). П/и «Лягушки»	Тот же + горизонтальные мишени (корзины, обручи, складной ящик).
3	- Продолжать обучать метанию в горизонтальную цель, совершенствовать умение бросать мяч вдаль. - Развивать глазомер. -Воспитывать умение быть организованными, инициативными в подготовке и уборке материала после занятия.	Комплекс № 2. Игры с массажным мячом. Метание мяча в горизонтальную цель. Метание мяча вдаль. П/и «Лягушки»	Тот же + вертикальные мишени (батут, мишени на стене).
4	- Познакомить детей с волейбольным мячом. - Развивать глазомер. - Воспитывать бережное отношение к спортивному инвентарю.	Комплекс № 2. Игры с массажным мячом. - Перебрасывание волейбольного мяча через сетку. П/и «Попади в кольцо» (баскетбольное, выс. 1.5 м.)	Массажные мячи, мячи-фитболы, волейбольные мячи, сетка (или шнур на высоте 1.5 метра), кольца баскетбольные 2 шт.

Апрель

1	- Закреплять умение действовать с разными мячами. - Развивать меткость, ловкость. - Воспитывать умение действовать по сигналу.	Комплекс ОРУ на гимнастических мячах № 3 Игры с массажным мячом. И/у «Забрось мяч в корзину», И/у «Попади шариком в ворота», И/у «Брось мяч далеко». П/и «Мяч передай – упасть не давай».	Тот же.
2	- Совершенствовать умение играть с мячами. - Развивать физические качества. - Воспитывать желание работать в паре.	Комплекс ОРУ на гимнастических мячах № 3 Игры с массажным мячом. Попади в цель (с парашютом): Прокати мяч (с парашютом); Перебрось мяч; Играй, играй, упасть не давай; Салют (с парашютом); П/и «Лягушки»	Разные мячи, парашют.
3	- Закреплять умение действовать с мячами разных размеров. - Развивать выносливость, ловкость, быстроту. - Воспитывать интерес к играм с мячом.	Комплекс ОРУ на гимнастических мячах № 3 Игры с массажным мячом. П/игры с мячами: «Лягушки», «Зайцы и волк», «Мой веселый звонкий мяч», «Догони мяч». Салют (с парашютом); П/и	Мячи разного диаметра, парашют.
4	- Закреплять умение действовать с мячами разных размеров. - Развивать выносливость, ловкость. - Воспитывать дружеские отношения друг к другу.	«Путешествие в город мячей» Игры с мячом-ёжиком. Аэробика на гимнастических мячах. Прокати мяч (с парашютом); Перебрось мяч; Играй, играй, упасть не давай; Салют (с парашютом): Попади в цель (с парашютом).	Разные мячи, домики для мячей, парашют.

1.7. Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

Ожидаемые результаты реализации программы ориентированы на возрастные и психофизиологические особенности детей 3-4 лет.

По результатам реализации программы, к концу обучения, большинство детей с желанием двигаются, их двигательный опыт достаточно многообразен; ребенок может:

- Усвоить навыки простейших действий с мячом: катание и бросание мяча руками, отбивании, метание, забрасывание, прокатывание мяча; умение принимать правильное исходное положение при бросании и метании мяча; ловить мяч кистями рук; отбивать мяч об пол 3-4 раза.
- Интересоваться разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями, играми с разными мячами.
- При выполнении упражнений проявлять достаточную, в соответствии с возрастными возможностями, координацию движений, подвижность суставов, быстро реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое.
- Уверенно выполнять задания, действовать, в общем, для всех темпе, легко находить свое место при совместных построениях и в играх.
- Проявлять инициативность, с удовольствием будут участвовать в подвижных играх, соблюдать правила, стремиться к выполнению ведущих ролей в игре.
- Соблюдать правила безопасного поведения в играх.

Способы определения результативности:

- Педагогическое наблюдение;
- Анализ активности и интереса детей.

2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1 Календарный учебный график.

Продолжительность учебных периодов	Даты начала и окончания учебного года.	с 01 октября 2025 года по 29 апреля 2026 года.
	Количество учебных дней в неделю.	1 день.
	Количество учебных недель.	25 недель.
Режим организации деятельности с детьми	Время начала и окончания.	Вторник. Вторая младшая группа: 1 занятие в неделю по 15 минут. Понедельник. 15.10 - 15.25 - вторая младшая группа № 9 «Снежинка»; . 15.35 - 15.50 - вторая младшая группа № 12 «Рябинка»;

2.2 Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение программы.

Для эффективности реализации образовательной программы необходимы материальные ресурсы:

	Оборудование	Количество для группы из 12 - 15 человек.
1	Мячи - фитболы	20
2	Мячи диаметром 20 см.	15
3	Мячи волейбольные (размер 4)	12
4	Мячи малого диаметра (6-7 см.)	15
5	Мячи теннисные	15
6	Мячи с шипами	15
7	Утяжелённые мячи	15
8	Пластмассовые шарики	100
9	Комплекс «Кузнечик»	1
10	Парашют	1
11	Гимнастические скамейки	4
12	Доска	1
13	Баскетбольные кольца	2
14	Мишени для метания	2

Требования к подготовке педагога

Занятия по физической культуре в детском саду могут проводить педагоги, прошедшие обучение на курсах профессиональной переподготовки «Педагогика дополнительного образования детей и взрослых». Настоящая программа предполагает использование мячей-фитболов. Курс предназначен для детей, которые впервые будут знакомиться с разными мячами, учиться действовать с ними. Занятия проводятся в соответствии с планированием, которое включает в себя формы организации обучения и решает задачи основной образовательной программы дошкольного образования.

2.3. Формы контроля и подведения итогов реализации программы.

Для выявления сформированности уровня физической подготовленности у дошкольников используется диагностика:

Вид движения	Высокий	Средний	Низкий
Прокатывание мяча	Прокатывает мяч одной и двумя руками, под дугу (шир.40-50 см), друг другу (расст.170-200см), между предметами;	Прокатывает мяч одной и двумя руками, под дугу (шир.50-60 см), друг другу (расст.150-170см), между предметами;	Не может прокатывать мяч вперед.
Бросание мяча	Бросает мяч вперёд снизу, от груди, из-за головы, вверх. Быстро принимает и.п.	Бросает мяч вперёд снизу, от груди, из-за головы, вверх. Не может быстро принять и.п.	Бросает мяч вперед только одним способом, не может самостоятельно принять и.п.
Ловля мяча	Ловля мяча брошенного воспитателем (90-120 см), руками, не прижимая к груди.	Ловля мяча брошенного воспитателем (70-100см), прижимает к груди.	Не ловит мяч.
Отбивание мяча	Отбивает мяч об пол 3-4 раза подряд одной и двумя руками;	Отбивает мяч об пол 1-2 раза подряд одной и двумя руками;	Не отбивает мяч об пол.

Метание мяча вдаль	Метает мяч вдаль правой и левой рукой, в горизонтальную (расст. 2-2.5 м) и вертикальную цель (1,5-2 м), быстро принимает и.п., попадает в цель.	Метает мяч правой и левой рукой, в горизонтальную (расст. 1.5-2.0 м) и вертикальную цель (1,2-1.5 м). Не всегда принимает правильное и.п. и попадает в цель.	Не попадает в цель, не может принять правильное и.п.
--------------------	---	--	--

Способы определения эффективности занятий оцениваются исходя из того, насколько ребёнок успешно освоил тот практический материал, который должен был освоить. Текущий контроль проходит в виде педагогических наблюдений, участия в подвижной игре, в самостоятельных играх с мячом. Итоговый контроль в конце учебного года проходит в виде наблюдений, в проведении соревнований, мини-эстафет.

2.4. Методические материалы

2.4.1. Принципы и подходы к формированию программы.

Содержание программы составлено с учетом принципов и подходов к формированию образовательных программ, отраженных в ФГОС ДО.

Основные принципы:

- Принцип оздоровительной направленности
- Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- Постепенности (постепенное увеличение нагрузки, постепенный переход от простых упражнений к сложным упражнениям)
- Принцип повторения умений и навыков — один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
- Принцип индивидуальности (с учётом особенностей развития каждого ребёнка) каждый ребенок должен продвигаться вперед своими темпами и с постоянным успехом.

2. 4.2.Законодательно-нормативное обеспечение программы.

- Закон РФ 273–ФЗ «Об образовании в РФ» (21.09. 2013г.)
- ФГОС ДО (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. 1155 «Об утверждении федерального государственного общеобразовательного стандарта дошкольного образования»).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 22 мая 2020 г. N 15 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1.3597-20 «Профилактика новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» (с изменениями и дополнениями).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 N 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Данная программа оформлена в соответствии с Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и

осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (с изменениями и дополнениями).

2.4.3. Особенности организации образовательного процесса.

Использование в обучении мячей разного назначения и разного диаметра позволяет детям удовлетворить естественное желание двигаться, потребность в игре, в новых впечатлениях, стремление познать свойства предметов.

Методы обучения дошкольников владению мячами.

<i>Наглядный:</i>	Рассматривание мячей, сравнение их по размеру, форме, цвету, показ выполнения упражнений.
<i>Информационно-рецептивный:</i>	обследование разных мячей для знакомства с формой,
<i>Репродуктивный:</i>	воспроизводство знаний и способов деятельности
<i>Практический:</i>	использование детьми на практике полученных знаний и увиденных приемов работы.
<i>Словесный:</i>	краткое описание и объяснение действий
<i>Проблемный:</i>	самостоятельное, творческое использование мячей.
<i>Игровой:</i>	использование сюжета игр для организации детской деятельности.
<i>Частично-поисковый:</i>	решение проблемных задач с помощью педагога.

Алгоритм работы с мячами-фитболами.

1. Рассматривание, подбор по размеру, умение садиться на мяч, удерживать равновесие на мяче.
2. Выполнение простых упражнений на мячах-фитболах.
3. Выполнение прыжков на мячах.
4. Подвижные игры на мячах-фитболах.

2.4.4. Список информационных ресурсов.

- Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. Под ред. С. О. Филипповой. (СПб «Детство- пресс», 2005).
- О.Н.Козак. Путешествие в страну игр. Союз СПб, 1997.
- О.Н.Козак. Летние игры для больших и маленьких. Союз СПб, 1997.
- Е. Н. Вавилова. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. М «Просвещение», 1983.
- Л.И. Пензулаева «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет» (Издательство Владос, 2003 г.)
- Е. Г Сайкина, С.Г. Кузьмина – Фитбол-аэробика для детей «Танцы на мячах». (СПб. – издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2008 г.).