

ПРОГРАММА:

РАБОТА ВЫСТРОЕНА В СООТВЕТСТВИИ С ПРОГРАММОЙ « ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДОШКОЛЬНИКАМ».
ИСПОЛЬЗУЮТСЯ ВАРИАЦИИ РАЗЛИЧНЫХ ПРОГРАММ ВЕДУЩИХ ПЕДАГОГОВ (В.И. УСАКОВА, В.А.ИВАНОВА, Л.А. ГЛАЗЫРИНОЙ , ВАСИЛЬЕВОЙ).

ЦЕЛИ:

1. ОПТИМАЛЬНО РЕАЛИЗОВАТЬ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ, ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.
2. УЧИТЫВАТЬ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ВО ВСЕ ПЕРИОДЫ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

ЗАДАЧИ:

1. УКРЕПЛЯТЬ ЗДОРОВЬЕ ДОШКОЛЬНИКОВ.
2. ВОСПИТЫВАТЬ ПОТРЕБНОСТЬ В ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ.
3. РАЗВИВАТЬ ВСЕ ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА.
4. СОЗДАВАТЬ УСЛОВИЯ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПОТРЕБНОСТИ В ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ.
5. ВЫЯВЛЯТЬ ИНТЕРЕСЫ, СПОСОБНОСТИ.
6. ПРИОБЩАТЬ К ТРАДИЦИЯМ БОЛЬШОГО СПОРТА.
7. КОНТРОЛЬ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И РЕГУЛЯЦИЯ ИХ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ.

НАЛИЧИЕ СПОРТИВНЫХ ПЛОЩАДЕЙ И ОБЪЕКТОВ В ДОУ, ИХ СООТВЕТСТВИЕ ПОТРЕБНОСТЯМ ДОУ.

УСЛОВИЯ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ЗАДАЧ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ СОЗДАНЫ В ПОЛНОМ ОБЪЁМЕ, ДОУ ИМЕЕТ:
СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ- 97,5 КВ.М; СПОРТИВНАЯ ПЛОЩАДКА- 305 КВ.М;

СПОРТИВЕНТАРЬ:

МАССАЖНЫЕ ДОРОЖКИ, ВЕЛОТРЕНАЖЁРЫ, МЯЧИ - ХОП, БАТУТ, ФУТБОЛЬНЫЕ ВОРОТА, ВОЛЕЙБОЛЬНУЮ СЕТКУ, БАСКЕТБОЛЬНЫЕ КОРЗИНЫ СО ЩИТОМ, МЯГКИЕ МОДУЛИ, ГИМНАСТИЧЕСКИЕ СКАМЕЙКИ, ГИМНАСТИЧЕСКИЕ МАТЫ, СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС « ЮНИОР», МЯЧИ МАЛЫЕ И БОЛЬШИЕ, ОБРУЧИ, СКАКАЛКИ, МЕДИЦИНБОЛЫ, ШВЕДСКУЮ СТЕНКУ, ТУРНИК ДЛЯ ПОДЪЯГИВАНИЯ, СПОРТИВНЫЕ УГОЛКИ В КАЖДОЙ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЕ.

МОДЕЛЬ.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ.

1. СТРЕТЧИНГ.
2. ЛОГОРИТМИКА.
3. ДИНАМИЧЕСКИЕ ПАУЗЫ.
4. ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ.
5. РЕЛАКСАЦИЯ.
6. ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА.
7. САМОМАССАЖ.
8. ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ.
9. ФОНЕТИЧЕСКАЯ РИТМИКА.

СХЕМА ЗАКАЛИВАНИЯ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В ДОУ.

ОРГАНИЗОВАНА КРУЖКОВАЯ РАБОТА ПО СЛЕДУЮЩЕМУ НАПРАВЛЕНИЮ «ШКОЛА МЯЧА».

ЦЕЛЬ: ВОВЛЕЧЕНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В МИР СПОРТА.

ЗАДАЧИ:

1. ВОСПИТЫВАТЬ УСТОЙЧИВЫЙ ИНТЕРЕС К СПОРТИВНЫМ ИГРАМ С МЯЧОМ И ПОЛУЧАТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ УДОВЛЕТВОРЕНИЕ ОТ ОБЩЕНИЯ ДРУГ С ДРУГОМ И СПОРТОМ.
2. СПОСОБСТВОВАТЬ ПОВЫШЕНИЮ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ, ЧЕРЕЗ РАЗВИТИЕ ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ.
3. РАЗВИВАТЬ ТАКТИЛЬНЫЕ ОЩУЩЕНИЯ, КООРДИНАЦИЮ, ЛОВКОСТЬ, ОРИЕНТАЦИЮ, ГЛАЗОМЕР И БЫСТРОТУ РЕАКЦИИ.

ШКОЛА МЯЧА - БАЗИРУЕТСЯ НА ТРЁХ ОСНОВНЫХ ДЕЙСТВИЯХ ЧЕЛОВЕКА.

1. БРАТЬ.
2. ДЕРЖАТЬ.
3. ДАВАТЬ.

. ПОСТРОЕНИЕ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ.

1.ЧАСТЬ - РАЗМИНКА.

2.ЧАСТЬ - ОСНОВНАЯ.

3.ЧАСТЬ - ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ.

ОЧЕНЬ БОЛЬШАЯ РОЛЬ ОТДАЁТСЯ В ПРОЦЕССЕ РАЗМИНКИ МЯЧУ. ИМЕННО С НИМ ДОШКОЛЬНИК ОБЯЗАН БЫТЬ НА « ТЫ » .
ДЛЯ ЭТОГО НЕОБХОДИМО В ПРОЦЕССЕ РАЗМИНКИ ВЫПОЛНЯТЬ ПЕРЕКИДЫВАНИЯ МЯЧА С РУКИ НА РУКУ НА РАЗЛИЧНЫХ УРОВНЯХ _ ПЕРЕД ЛИЦОМ, ПЕРЕД ГРУДЬЮ, НА УРОВНЕ ПОЯСА) ; ПЕРЕВОДЫ МЯЧА ЗА СПИНОЙ ПО ЧАСОВОЙ И ПРОТИВ ЧАСОВОЙ СТРЕЛКИ; ПОДБРАСЫВАНИЕ И ЛОВЛЯ МЯЧА С ХЛОПКОМ (ПЕРЕД СОБОЙ, ЗА СПИНОЙ, ПОД БЕДРОМ), С БРОСКОМ И ЛОВЛЕЙ МЯЧА ПОСЛЕ КАСАНИЯ ПЛОЩАДКИ ДВУМЯ РУКАМИ, С ПЕРЕВОДОМ МЯЧА НА КАЖДЫЙ ШАГ, С РУКИ НА РУКУ, ПОД БЕДРОМ В НАКЛОНЕ И Т.Д. ТОЛЬКО ПОСЛЕ ЭТОГО НЕОБХОДИМО ПЕРЕХОДИТЬ К ОСНОВНОЙ ЧАСТИ ЗАНЯТИЯ, В КОТОРОЙ РЕШАЮТСЯ ПОСТАВЛЕННЫЕ ЗАДАЧИ.

ОБУЧЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАМ ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ ВКЛЮЧАЕТСЯ В ОСНОВНУЮ ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ. В ЭТО ВРЕМЯ ФОРМИРУЮТСЯ НАВЫКИ ДЕЙСТВИЙ С МЯЧОМ, А ТАКЖЕ УМЕНИЕ ПРИМЕНЯТЬ ИХ В ИГРОВЫХ СИТУАЦИЯХ.
ПО МЕРЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ДЕЙСТВИЙ С МЯЧОМ ВОЗМОЖНО ПРИМЕНЕНИЕ И ТАКОГО ВАРИАНТА ЗАНЯТИЯ, КОТОРОЕ В ОСНОВНОМ СОСТОИТ ИЗ СВОБОДНЫХ ДЕЙСТВИЙ С МЯЧОМ И ЭСТАФЕТЫ, КОТОРЫЕ ОБЕСПЕЧИВАЮТ ВЫСОКУЮ ПОДВИЖНОСТЬ ДЕТЕЙ. ТЕМП ВЫПОЛНЕНИЯ ТАКИХ УПРАЖНЕНИЙ БЫСТРЫЙ И НЕОБХОДИМО УЧИТЫВАТЬ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ РЕБЁНКА.

В ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЙ ЧАСТИ ЗАНЯТИЯ ПРОВОДИТСЯ МАЛОПОДВИЖНАЯ ЭСТАФЕТА С БРОСКАМИ МЯЧА В КОРЗИНУ С МЕСТА.

ИНОГДА В КОНЦЕ ЗАНЯТИЯ МОЖНО ВКЛЮЧАТЬ СВОБОДНУЮ ИГРУ С МЯЧОМ, ЧТОБЫ ДАТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ЗАКРЕПИТЬ ТЕ ДЕЙСТВИЯ, КОТОРЫМИ ДЕТИ СЛАБО ВЛАДЕЮТ ИЛИ ДОПУСКАЮТ ПРИ ИХ ВЫПОЛНЕНИИ МНОГО ОШИБОК.

ВАРИАНТ ИГРОВЫХ ЗАНЯТИЙ, В КОТОРОМ СОЧЕТАЮТСЯ СВОБОДНЫЕ ДЕЙСТВИЯ ДЕТЕЙ С МЯЧОМ И ИГРЫ-ЭСТАФЕТЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ТОЧНОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ, ЯВЛЯЮТСЯ БОЛЕЕ ДЕЙСТВЕННЫМ В НАЧАЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ОБУЧЕНИЯ.

МЯЧ – ОСНОВА ВСЕХ ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА.

ФУТБОЛ, БАСКЕТБОЛ, ВОЛЕЙБОЛ, ГАНДБОЛ, РЕГБИ, БОЛЬШОЙ ТЕННИС, БИЛЬЯРД, ГОЛЬФ И Т. Д. – ВСЁ ЭТО ИГРЫ С МЯЧОМ.

И ИМЕННО ОТ УМЕНИЯ ОБЩАТЬСЯ С МЯЧОМ ЗАВИСИТ В ДАЛЬНЕЙШЕМ УСПЕХ ТОГО ИЛИ ДРУГОГО ИГРОКА.

ШКОЛА МЯЧА – ЭТО ФУНДАМЕНТ, НА КОТОРОМ СТРОИТСЯ **БОЛЬШОЙ** СПОРТ