

Аннотация к Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мини-волейбол»

Направленность программы - физкультурно – спортивная

Возраст детей: с 5 до 8 лет

Срок реализации: 1 год.

Автор – составитель:

Сторчак Оксана Васильевна, инструктор по физической культуре

Дошкольный возраст охватывает период жизни от рождения до семи лет. Физическое воспитание в детском саду предусматривает охрану и укрепление здоровья, полноценное физическое развитие и направлено на своевременное формирование у дошкольников двигательных навыков и умений. Потребность в движениях, двигательная активность, проявляемая ребёнком, физиологически обоснована, вызывает положительные изменения в его физическом и психическом развитии, совершенствовании всех функциональных систем организма (сердечнососудистой, дыхательной, мышечной и др.).

Дополнительная образовательная программа (ДОП) «Детский волейбол» направлена на расширение диапазона двигательных возможностей детей, на работу по развитию двигательных качеств, формированию правильных элементов бега, прыжков, подаче мяча, его ловле и т.д., а также на развитие морально-волевых качеств, эмоциональное состояние.

Занятия в ДОП «Детский Мини-волейбол для дошкольников» способствуют формированию здорового, жизнерадостного, физически развитого ребёнка, владеющего доступными его возрасту знаниями о физической культуре и испытывающего желание заниматься физическими упражнениями.

В возрасте 5-6 лет движения детей становятся более координированными, укрепляется мышечная система, увеличивается двигательная активность, но рост костной ткани ещё не завершён, сердечная мышца при физической нагрузке быстро утомляется, сохраняется лёгкая возбудимость при созревании нервных клеток в коре головного мозга. Всё это необходимо учитывать на занятиях волейболом.

Игра в волейбол командная, совместные действия игроков в ней обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, прыжки, метания, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнёров по игре. Целевая аудитория: воспитанники старшего дошкольного возраста.

Режим занятий: физкультурно-спортивные занятия проводятся 1 раза в неделю.

Форма проведения занятий: групповая.

Цель программы: повышение уровня физической подготовленности детей 5-7 лет посредством игры в волейбол.

Задачи :

1. Научить детей играть в волейбол.
2. Способствовать воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, выносливости.
3. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: перемещение по площадке, передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование.
4. Содействовать развитию потребности в систематических занятиях волейболом.
5. Выбатывать такие морально-волевые качества как выдержка, самостоятельность, уверенность, дисциплина, умение анализировать ситуацию.
6. Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

Программа основана на принципах:

1. Принцип природосообразности предполагает, что спортивнооздоровительная деятельность основывается на научном понимании взаимосвязи естественных и социальных процессов.
2. Возрастосообразность - на каждом возрастном этапе перед человеком встаёт ряд задач, от решения которых зависит его личностное развитие.
3. Принцип диалогичности предполагает, что духовно-ценностная ориентация детей и их развитие осуществляются в процессе взаимодействия педагога и обучающихся.

Обучение игры в волейбол включает в себя следующие разделы:

- Знакомство с историей игры волейбол. Используя различные методы (слуховой, зрительный, игровой) восприятия, повысить интерес и мотивацию к занятиям.
- Обучение технико-тактическим приёмам.

- Теоретическое и практическое изучение техники и тактики игры.
- Развитие и совершенствование основных видов движений.
- Основные правила техники безопасности. На протяжении всего обучения дети знакомятся и используют основные правила техники безопасности.
- Подвижные и спортивные игры.
- Мониторинг физического развития. С помощью контрольных тестовых упражнений выявляются начальный и конечный результаты образовательной программы. Итоговый контроль служит основным показателем качества деятельности детей и педагога.