



Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«Гуманитарный центр интеллектуального развития»
городского округа Тольятти

УТВЕРЖДАЮ.

Директор МБОУ ДО ГЦИР
городского округа Тольятти

А.В. Хаирова

«*ds*» мая 2017 г.

Программа принята в новой редакции на
основании решения методического
совета.

Протокол № 5 от «22» мая 2017 г.

Дополнительная общеобразовательная программа «СпинаНожки»

Возраст детей – 4-7 лет

Срок реализации – 1 год

Разработчик:

Калинина Ирина Викторовна,

педагог дополнительного образования

Тольятти

2017

Паспорт образовательной программы

Название программы	Дополнительная образовательная программа «СпинаНожки»
Учреждение, реализующее программу	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Гуманитарный центр интеллектуального развития» г.о.Тольятти Адрес: 445045, Тольятти, ул. Л.Чайкиной, 87, т. 37-94-99
Разработчик программы	Калинина Ирина Викторовна, педагог дополнительного образования МБОУ ДО ГЦИР
Аннотация	Программа посвящена развитию ручной умелости, координации движений, профилактике осанки и плоскостопия.
Год разработки программы	2014 г.
Где, когда и кем утверждена программа	Решение методического совета ГЦИР. Протокол №4 от 12 мая 2014 года
Программа принята в новой редакции	Решение методического совета ГЦИР. Протокол №5 от 22 мая 2017 года
Направленность программы	Социально-педагогическая
Направление (вид) деятельности	физкультурно-оздоровительная деятельность
Вид программы по степени авторства	модифицированная
Вид программы по уровню освоения содержания программы	углубленная
Вид программы по признаку возрастного предназначения	дошкольного образования
Охват детей по возрастам	4-7 лет
Вид программы по способу организации содержания	Предметная
Срок реализации программы	1 год
Вид программы в зависимости от территориальных особенностей	учрежденческий
Рецензенты программы (для авторских):	-

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	3
Учебно-тематический план программы.....	7
Содержание программы.....	7
Методическое обеспечение программы.....	10
Список литературы, использованной при составлении программы.....	13

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность программы

Современная школа предъявляет большое требование к детям, поступающим в первый класс. На первом этапе обучения дети чаще всего испытывают затруднение с письмом: быстро устаёт рука, теряется рабочая строка, не получается правильное написание букв; ребёнок не укладывается в общий темп работы. Это связано как с психофизиологическими особенностями 6-летнего ребенка, так и с самим процессом письма. У детей этого возраста недостаточно развиты мелкие мышцы руки, координация движений — несовершенна, не сформирована способность к оценке пространственных различий, от которой зависит качество написанного

Значимость действий с мячом для дошкольников определяется влиянием на физическое и психическое развитие ребенка. Русский просветитель XIX века Н. И. Новиков подчеркивал, что за 4 года до начала обучения в школе основными играми детей должны быть игры с мячами. Если учесть, что в то время школьниками становились в 9 – 10 лет, то это высказывание относится к детям 5–ти летнего возраста. Упражнения с мячами через развитие силы оказывают положительное влияние на укрепление мелкой мускулатуры руки, содействуют подготовке руки к письму, формированию ручной ловкости, умелости.

Физиологами доказано, что развитию кисти руки принадлежит важная роль в формировании головного мозга и становлении одной из его функций – речи.

Проведенные исследования М. М. Кольцовой выявили влияние степени развития движений пальцев рук на уровень развития речедвигательного аппарата. Она отмечает, что морфологические и клинические факты свидетельствуют о том, что к рождению ребенка строение обоих полушарий совершенно идентично и преимущественного развития речевых областей в правом и левом полушарии еще не имеется. По мере того как развивается и совершенствуется функция руки, в связанное с ней полушарие поступает все большее количество проприоцептивных импульсов. То полушарие, которое получает больше импульсов (левое – у правой и правое – у левой), становится ведущим. Морфологическое и функциональное формирование речевых областей совершенствуется под влиянием кинестетических импульсов от рук.

Программа «СпинаНожки» является модифицированной по количеству академических часов на основе авторской программы к.п.н. Полтавцевой Н.В., Гордовой Н.А., Калининой И.В., Примеровой О.И., разработанной в 2004 году.

Целью работы со старшими дошкольниками, построенная на использовании упражнений с мячом, является воспитание интереса к двигательной деятельности с мячом, развитие нравственно – волевых качеств личности, обеспечение развития координационных способностей и ловкости, подготовки руки ребенка к успешному овладению письмом.

Двигательная активность на занятиях окажет положительное влияние на укрепление органов и систем, на совершенствование их функционирования, обеспечит воспитание физических качеств, заложит фундамент хорошей результативности при обучении в школе.

Задачи:

1. Формировать у детей умение отбивать малые мячи разной фактуры по направлению вниз и вверх рукой, ракеткой, удерживая в воздухе как можно дольше.
 2. Развивать у детей действия с мячом, используя отбивание о стену. Закрепить умение выполнять ловлю большого и маленького мяча, используя различные способы.
 3. Приучать детей самостоятельно выполнять действия с мячом в парах, группах.
 4. Развивать умение регулировать силу броска, направление, амплитуду с учетом стоящей задачи.
 5. Формировать навыки здорового образа жизни.
- Упражнения с мячами разного веса, величины, различной фактуры приучают

регулировать меру воздействия, совершенствуют механизм управления движений руками, содействуют развитию межанализаторных связей, обеспечивают развитие зрительного контроля.

Искусство действия с мячом является результатом развития координации, согласованности действий рук, ног, туловища. В зависимости от двигательной задачи мяч выпускается в разных направлениях, с разной амплитудой, с необходимыми силовыми усилиями. Выпуск мяча может производиться всей рукой, движением в локтевом суставе и кисти, и, наконец, только кистью, а вся рука остается неподвижной. Согласованность движений в разных суставах руки обеспечивает полету мяча нужное направление и мягкую ловлю. Предельная сила выбрасывания, дальность полета достигается благодаря взаимосвязи работы рук, ног и туловища.

Большое разнообразие действий с мячом, разная трудность их осуществления позволяет поддерживать интерес к систематическим занятиям у детей с разной подготовленностью. Обогащение двигательного опыта в действиях с мячом создает базу для интересной двигательной деятельности в повседневной жизни, содействует формированию головного мозга и становлению одной из его функций – речи.

Организационно-педагогические основы обучения по программе

Программа рассчитана для детей старшего дошкольного возраста. Принцип отбора – свободный без предъявления требований к содержанию и отбору стартовых знаний, умений и навыков, а также к уровню развития ребенка. Работа по данной программе рассчитана на один год. Периодичность проведения занятий с детьми - 1 раз в неделю длительностью 30 минут. Количество занимающихся детей в группе составляет 10 человек. Продолжительность образовательного процесса с 1 октября по 31 мая.

Программа представляет систему работы по формированию действий с мячом. Подбор упражнений и их дозировка направлены не только на развитие двигательной сноровки, но и на повышение функциональных возможностей детского организма.

При отборе и последовательности расположения упражнений с мячом руководствовались группировкой предложенной А.А. Красуской, в основу которой положено 3 главных направления броска: вертикальное: прямо вниз и прямо вверх; косое: вперед и вниз, вперед и вверх, назад и вниз, назад и вверх; дугообразное: когда мяч падает, описывая дугу.

Предложенная программа включает действия не только с маленьким мячом, но и большим резиновым, большим надувным, теннисным, мягким мячом из поролона, целлулоидным. Необходимость их использования связана с выработкой соответствующих приемов ловли и бросания.

Формы и методы отслеживания результативности и критерии их оценки

Программа направлена на развитие у детей «ручной умелости» и координационных способностей. Координация является произвольным актом, показателем возможности управления, сознательного контроля за своими движениями. Показателями развития координации может служить умение придавать полету мяча нужное направление, регулировать силу броска и выпускать мяч по заданной траектории.

Мы предполагаем, что:

- у детей сформируется умение отбивать малые мячи разной фактуры;
- дети научатся выполнять действия с мячом в парах, группах;
- научатся регулировать силу броска, направление, амплитуду, с учетом стоящей задачи;
- разовьется мелкая моторика и координация рук.

Для того чтобы избежать проявление случайности в выполнении задания, ребенок выполнял двигательное действие 6 раз и результат засчитывался, если ребенок допускал при ловле 1 – 2 неудачных действия.

Диагностика действий с большим мячом

№	Название	Баллы
1.	<i>Подбрасывание и ловля:</i>	
	- подбрасывает выше своего роста, ловит мягко, захватывая мяч с боков пальцами, не сходит с места	4 б
	- подбрасывает выше своего роста, ловит жестко, не выходит за пределы обруча	3 б
	- подбрасывает выше своего роста, ловит жестко, выходит за пределы обруча	2 б
	- подбрасывает невысоко, ловит жестко	1 б
	- подбрасывает высоко или невысоко, но не ловит	0 б
2.	<i>Отбивание и ловля:</i>	
	- после отбивания мяча ловля осуществляется на уровне пояса или груди, захватывая мяч мягко пальцами рук, не сходя с места	4 б
	- после отбивания от пола ловит мяч жестко на уровне пояса или груди, не выходя из обруча	3 б
	- ловит жестко на уровне пояса или груди, выходит за пределы обруча	2 б
	- ловит жестко, низко наклоняясь	1 б
	- после отбивания не ловит мяч	0 б
3.	<i>Перебрасывание и ловля в паре:</i>	
	- выпускает мяч по заданной амплитуде при действиях с партнером 2 мячами и удачно ловит мяч	4 б
	- в действиях с партнером при перебрасывании одного мяча бросает по дугообразной траектории, регулируя силу броска, удачно ловит мяч	3 б
	- бросает мяч партнеру резко, плохо регулирует силу броска, но удачно ловит мяч	2 б
	- бросает мяч партнеру резко, не регулирует силу броска; ловит только точно брошенный мяч	1 б
	- отмечается нестабильность в выполнении ловли мяча	0 б
4.	<i>Ведение мяча:</i>	
	- ведет без остановки и равномерно мяч между 6 стульями, расположенными на расстоянии 1 м друг от друга	4 б
	- ведет мяч между стульями с остановками	3 б
	- успешно ведет мяч по прямой без остановки, равномерно	2 б
	- ведет мяч по прямой с остановками	1 б

Диагностика действий с маленьким мячом

№	Название	Баллы
1.	<i>Отбивание мяча об пол и ловля:</i>	
	- энергично отталкивает мяч одной рукой и ловит другой на уровне пояса или груди	4 б
	- энергично отталкивает мяч одной рукой и ловит этой же рукой на уровне пояса или груди, действуя поочередно каждой рукой	3 б
	- энергично отталкивает мяч одной рукой и ловит на уровне пояса или груди, действуя только ведущей рукой	2 б
	- действует успешно при использовании небольшой амплитуды полета мяча	1 б
	- отсутствует умение ловить мяч одной рукой	0 б
2.	<i>Подбрасывание и ловля мяча</i>	
	- подбрасывает на уровне своего роста и выше одной рукой, ловит –	4 б

	другой	
	- подбрасывает на уровне своего роста и выше одной рукой, ловит – этой же, действуя поочередно каждой рукой	3 б
	- подбрасывает на уровне своего роста и выше, действуя успешно только ведущей рукой	2 б
	- действует успешно при использовании подбрасывания ниже своего роста	1 б
	- отсутствует стабильность в ловле мяча одной рукой	0 б

Для оценки моторики пальцев рук:

На столе разложены 2 спичечные коробки и по 10 спичек около них. По сигналу педагога необходимо быстро уложить одновременно двумя руками спички в каждую коробку. Время выполнения задания ограничивается 20с. Перекладывание по одному двумя пальцами группы мелких предметов (спичек) в коробку.

Задание дается детям для оценки их психомоторного развития, которое характеризует функциональную зрелость нервной системы. Оно позволяет оценить тонкую моторику руки, выявляет умение управлять движениями. С помощью этого задания можно также выявить ведущую руку ребенка.

Содержание задания состоит в следующем: на стол ставится неглубокая коробка размером 10 x 10, на расстоянии 5–10 см от нее в беспорядке раскладываются мелкие предметы (спички). По сигналу педагога ребенок должен уложить 20 спичек в коробку по одной двумя пальцами как можно быстрее. Ребенок перекладывает спички удобной для него рукой. Педагог оценивает время выполнения задания по секундомеру. Для ведущей руки оно должно быть не более 15с. Педагог отмечает, какой рукой ребенок успешнее выполнил задание.

Для оценки моторики правой и левой руки задание выполняется поочередно разными руками.

Время выполнения задания для ведущей руки – не более 15с, для другой – 20с.

«Галочка» ставится, если задание выполняется быстро двумя пальцами определенной руки за установленное время.

«Вопросительный знак» - ребенок при выполнении задания пытается менять руку, берет спички не двумя пальцами, а более, но укладывается в определенное время.

«Флажок» - ребенок не выполнил задание, т.е. не уложился в определенное время при любых условиях.

Для оценки точности и координации движений.

Предложить ребенку поразить цель размером 25x25 см с расстояния 1,5 м мячом диаметром 8 см.

Периодичность проведения диагностики 2 раза в год. Начало и окончание учебного курса: октябрь, май.

Формы организации диагностики:

- задания на выявление уровня ручной умелости выполняются детьми изолированно
- выявление развития координационных способностей осуществляется в игре «Школа мяча» при действиях с мячом определенного размера: в каждый класс закладываются нужные действия с мячом и формируются требования к их выполнению.

Формы подведения итогов реализации программы:

№	Форма мероприятия	Периодичность
1.	Проведение спортивных праздников соревновательного характера.	2 раза в год
2.	Проведение открытых занятий для родителей	2 раза в год
3.	Проведение спортивного праздника с участием родителей	В конце года

