Аннотация.
Дополнительная общеразвивающая программа «Здоровей-ка»

Форма обучения: очная
Возраст: 4-7 лет
Уровень сложности: стартовый
Срок освоения программы: 2 года

Цель данной программы — обогащение двигательного опыта детей 4-7 года жизни, совершенствование навыков владения мячом, знакомство с элементами спортивных игр для их гармоничного физического развития.
Задачи:
1. Познакомить дошкольников со спортивными играми: баскетбол, волейбол, футбол, пионербол.
2. Сформировать навыки простейших действий с мячом: катание и бросание мяча руками, отбивание, метание, забрасывание, прокатывание мяча ногами. Умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.
3. Развивать: координацию движений, выносливость, быстроту ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры. Эмоционально – личностное отношение детей к играм с мячом, начиная от простого восприятия и интереса до устойчивых активных проявлений самого ребенка
4. Учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила.
5. Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.
6. Совершенствовать деятельность основных физиологических систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной, улучшению физического развития, физической подготовленности детей.

Обучение дошкольников проходит поэтапно. На каждом занятии навыки владения мячом дети осваивают и закрепляют через игровую деятельность. Объяснения для детей сопровождаются показом и выполнением необходимых действий с мячом. Известно, что в дошкольном возрасте в воспитании ребенка доминирующую роль играют чувствительные, зрительные образы, поэтому любое словесное объяснение сопровождается наглядным показом взрослого и многократным повторением самых простых действий.

Ожидаемые результаты:
1. Знание детей спортивных игр.
2. Достижение детьми стабильных, качественных показателей в области усвоения двигательных умений и навыков владения мячом. Улучшения показателей координации движений, выносливости, быстроты, ловкости, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.
3. Овладение дошкольниками технико-тактическими действиями с мячом: передачей мяча, ведением мяча и забрасыванием мяча в баскетбольное кольцо, навыки простейших действий с мячом: катание и бросание мяча руками, отбивание, метание, прокатывание мяча ногами. Умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.