|  |
| --- |
|  |
| Проект |
| «Волейбол для дошкольников» |
|  |
| **инструктор по физической культуре: Домаева Татьяна Петровна, тренер по волейболу: Фролова Елена Владимировна.** |
|  |

**Проект «Волейбол для дошкольников»**

**Вид проекта -** физкультурно-оздоровительный

**Сроки проекта -** краткосрочный – один месяц

**Участники -** инструктор по физической культуре, тренер по волейболу, дети подготовительной к школе группе, воспитатели, родители, администрация дошкольного учреждения, администрация спортивной школы.

**Обоснование для разработки проекта**

• Ухудшение здоровья детей.

• Малоподвижный образ жизни детей.

• Недостаточно знаний о спортивных и подвижных играх.

• Интерес детей и родителей в обучении спортивной игре Мини-волейбол.

• Формирование навыков здорового образа жизни.

**Инновационные идеи проекта «Музейная педагогика»:**

• Знакомство детей с историей создания и изобретением мячей, спортивных игр.

• Развивающие методы обучения игре:

коллажи, моделирование, творческие задания, проблемные ситуации;

• Исследовательские методы и приёмы:

Использование разнообразных источников получения информации

(научная и спортивная литература, интернет, получение информации от взрослого)

• Метод проектов:

Разработан проект: «Волейбол для дошкольников».

**Цель проекта**:

Привлечение детей старшего дошкольного возраста к занятиям спортивной игре волейбол.

**Задачи проекта:**

* обучение детей основным приёмам владения мячом в игровых условиях,
* освоение спортивной игры Мини-волейбол в доступной форме.
* воспитание интереса к спортивным играм

**Освоение основных движений:**

1. Прыжки вверх с места

2. Подпрыгивание вверх до предмета, подвешенного на высоте 15-20см. выше поднятой руки ребёнка.

3. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 10 раз подряд.

4. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной рукой 4-6 раз подряд

5. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя разными способами.

(Снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю).

6. Метание мяча в вертикальную, горизонтальную цель с расстояния 4-5м.

7. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении.

8. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами.

9. Метание вдаль на расстояние 5-9 метров.

**Разучивание с детьми характерных для данного вида спорта движений.**

1. Бросание мяча в разных направлениях.

2. Бросок мяча вверх и ловля его двумя руками.

3. Бросок мяча вверх вперёд через сетку

4. Ловля мяча на лету.

5. Перебрасывание мяча партнёру удобным способом.

6. Перебрасывание мяча через сетку друг другу.

7. Передача мяча двумя руками от груди и ловля его двумя руками.

8. Перебрасывание мяча через сетку правой и левой рукой.

9. Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.

10. Прыжки вверх, с броском мяча через сетку.

**Сроки и этапы реализации проекта.**

**I этап - диагностический** - 15-17 марта 2016 г.

Анкетирование, беседы с дошкольниками подготовительной к школе группе.

**II этап - подготовительный** – 18 марта –22 марта 2016 г.

Подбор методической литературы для реализации данного проекта.

Составление плана работы по реализации проекта «Волейбол для дошкольников ».

Составление плана работы и разработка конспектов для образовательной деятельности с детьми на физкультурных занятиях, учебно-тренировочных занятиях на базе МБУ ДО «ДЮСШ «Молодость» с тренером по волейболу Фроловой Е.В.

**III этап - основной** – 23 марта – 10 апреля 2016 г.

Беседы с детьми и воспитателями «Правила технике безопасности».

Изучаем правила: игры в волейбол.

Просмотр игры волейбол на видео.

Изготовление папка раскладушка «Всё о мячах ».

Показ презентации с использованием ИКТ «Всё о мячах».

Составление картотек «Игры и упражнения с мячом», «Комплексы ОРУ с мячом».

Проведение образовательной деятельности с детьми на физкультурных занятиях, учебно-тренировочных занятиях на базе МБУ ДО «ДЮСШ «Молодость» с тренером по волейболу Фроловой Е.В.

**IV этап - итоговый** – 11марта – 15 марта 2016 г.

Мониторинг проектной деятельности:

- анализ работы о проделанной работе

- фото - выставка «Спорт и я друзья!»

- игра «Волейбол» подготовительные группы на улице.

**Обоснование выбора проекта:**

Наши дети живут в условиях постоянно меняющейся действительности. На смену увлекательным спортивным играм пришли не менее увлекательные – компьютерные. Дети перестали выходить на улицу во двор, отдавая предпочтение малоподвижным видам деятельности: компьютерные игры, просмотр мультфильмов. Это вызывает озабоченность врачей и педагогов «очень мало двигаются дети»! А для ребёнка малоподвижный образ жизни – это потеря здоровья, нарушение физического интеллектуального развития. Именно в подвижных играх ребёнок ликвидирует дефицит движений, получает радостные эмоции и переживания.

В шаговой доступности располагается МБУ ДО «ДЮСШ «Молодость», в котором функционирует секция волейбол, именно по этому, возникла идея создания проекта.

Спортивный проект «Волейбол для дошкольника » - это подвижные игры, упражнения с мячом, в ходе, которых дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, перебрасывая его через сетку, метании на дальность и в цель, но так, же в ходьбе, беге, прыжках. У детей старшего дошкольного возраста при систематическом обучении значительно улучшаются навыки владения мячом. Они свободно его держат, передают, бросают, умеют следить за полётом мяча и устремляются в сторону летящего мяча, стараясь поймать его. Дети старшего дошкольного возраста в состоянии понять сущность коллективной игры с мячом, цель и её правила.

Обучение спортивной игре мини-волейбол обеспечивает детям право выбора, предоставляет возможности для проявления личных интересов и способностей, а так же формирует привычку к здоровому образу жизни.

Наблюдая за ребятами, беседуя с ними, при просмотрах видеофильмов спортивной тематики было видно, что детей привлекает спортивная игра волейбол. Волейбол - один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших народное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание, он доступен детям, в него можно играть как в спортивном зале, так и на открытой площадке. Игра в волейбол не только укрепляет здоровье, но и воспитывает такие чувства как смелость, настойчивость, целеустремлённость, коллективизм, взаимопомощь, чувство дружбы. Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности координации движений и ориентировке в пространстве.

Игры с мячом оказывают разностороннее воздействие на психофизическое развитие ребёнка.

1. Наглядные методы и приёмы обеспечивают яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений, необходимых для возникновения у ребёнка наиболее полного и конкретного представления о движении, активизирующие развитие его сенсорных способностей;

2. Словесные методы и приёмы обращены к сознанию детей, помогают осмыслить поставленную перед ними задачу и сознательно выполнять двигательные упражнения. Словесные методы играют большую роль в усвоении содержания и структуры упражнений, самостоятельном их применении в различных ситуациях;

3. Практические методы и приёмы связаны с практической двигательной деятельностью детей, обеспечивают действенную проверку правильности восприятия движений, на собственных мышечно-моторных ощущениях. Практические методы характеризуются полной или частичной регламентацией, проведением упражнений в игровой форме, использование элементов соревнования, это содействует лучшему освоению двигательных умений и навыков, сохранению оптимального функционального состояния организма и психики ребёнка;

4. Соревновательные методы и приёмы используется в целях совершенствования уже приобретённых двигательных навыков. Обязательное условие соревнования – соответствие его физическим силам детей, воспитание морально-волевых качеств, а так же правильная оценка своих достижений и других детей на основе сознательного отношения к требованиям.

Учитывая содержание упражнений, возрастные возможности и индивидуальные особенности детей, воспитатель в начале обучения использует наглядность – восприятие ребёнком образца движения в сочетании с пояснениями, потом педагог опирается на уже имеющиеся у детей жизненный опыт и конкретные представления о движениях.

Вслед за наглядными или словесными методами непременно должны следовать практические действия детей – самостоятельное выполнение движений под руководством воспитателя.

**Ожидаемые результаты:**

Разработка перспективных, тематических планов, диагностических карт с учетом возраста и примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «Детство». Повышение профессионального уровня.

Реализация проекта предусматривает проведение мероприятий в трех направлениях:

1. Совместная деятельность инструктора по физической культуре Домаевой Т.П. МБДОУ ДС № 66 «Журавушка» и тренера по волейболу Фроловой Е.В. МБУ ДО «ДЮСШ «Молодость

2. Взаимодействие с семьями воспитанников.

3. Самостоятельная деятельность детей.

**Принципы по обучению детей игре Мини-волейбол:**

1. Систематичность.

2. Последовательность.

3. Доступность.

4. Соответствие возрастным особенностям.

5. Взаимосвязь физических навыков с практической деятельностью.

6. Усложнение от простого к сложному.

**К концу проекта дети должны:**

1. Знать правила игры «Мини-волейбол»

2. Какой необходим инвентарь для игры

3. Уметь перебрасывать мяч через сетку разными способами.

4. Владеть тактикой игры

5. Освоить основные движения характерные для волейбола.

6. Уметь подавать и уверенно ловить мяч метко и сильно бросать, пасовать товарищам.

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Методические рекомендации.**

С детьми дошкольного возраста следует начинать разучивать элементы волейбола в старшей группе в специально созданных условиях. Для этого подбираются лёгкие упражнения характерные для данного вида спорта, но являются более простыми и лёгкими. На начальном этапе необходимо больше внимания уделять разнообразию упражнений. Только после того как дети научатся свободно действовать с мячом, целесообразно проводить подготовительные упражнения и игры по обучению ловле, перебрасыванию мяча через сетку, передаче. В начале обучения элементам спортивной игры внимание ребёнка педагог направляет на качество выполнения каждого движения. В дальнейшем можно применять упражнения с элементами соревнования. Их надо проводить с целью закрепления ранее изученного упражнения.

Закрепление и совершенствование действий с мячом осуществляется в основном в подвижных играх и игровых упражнениях включающих эти действия.

При обучении ловли мяча надо обращать внимание на положение пальцев рук. Обучая детей выполнять подачи, пасы, перебрасывания через сетку необходимо развивать и совершенствовать умение делать это разными способами.

Разучивая правила игры целесообразно использовать схемы, иллюстрации, игровые упражнения.

**Правила игры.**

С детьми дошкольного возраста проводится упрощённый вариант спортивной игры. Правила игры имеют некоторые особенности. Здесь не применяются трудные и недоступные детям требования. Воспитатель может сам оговорить некоторые правила. Основное отличие от классического волейбола заключается в том, что мяч в процессе игры берётся в руки, соответственно подача и пас партнёру, перевод мяча соперникам осуществляется не ударом, а броском.

В Мини-волейбол играют на прямоугольной площадке, разделённой пополам сеткой Ш. - 1метр, высота 15см выше поднятой руки ребёнка, резиновым мячом.

Каждая команда состоит из 6 игроков. 3 игрока располагаются под сеткой (передняя линия), и 3 сзади (задняя линия). Матч состоит из 3 партий до 10 очков.

Если мяч задел сетку, потолок, стену, упал за линию поля, как при подаче, так и при переводе мяча соперникам – считается потеря подачи, и мяч отдаётся другой команде.

Игра начинается с подачи мяча через сетку. Мяч получает ребенок, стоящий во втором ряду справа. Тот, кто принял мяч, перебрасывает его товарищу по команде, тот другому, а третий перебрасывает через сетку. (Выполнение паса). Можно выполнять три шага к сетке и бросать мяч на сторону соперника. Команде, не удержавшей мяч, засчитывается гол. Мяч передается другой команде, при этом её игроки выполняют переход хода по часовой стрелке. После окончания партии, команды меняются полями.

**Правила техники безопасности:**

1. В начале занятия следует сделать разминку, хорошо разогреть мышцы, связки;

2. Осмотреть игровую площадку, чтобы на ней не было опасных предметов;

3. Внимательно следить за тем, чтобы мяч не попал под ноги;

4. После прыжков приземляться на согнутые ноги на носки с перекатом на всю стопу;

5. Быть внимательными к товарищам по команде

**Необходимый спортивный инвентарь, дидактический материал.**

1. Волейбольная сетка.

2. Мяч.

3. Табло.

4. Размётка площадки.

5. Иллюстрации.

7. Картотеки: Подвижные игры с мячом, Пальчиковые игры, Гимнастики для глаз.

8. Коллаж: «Какие разные мячи».

**Игры на закрепление игры волейбол.**

**Передай не роняй**.

Совершенствовать умение ловить мяч, брошенный воспитателем или товарищем на различном расстоянии. Способствовать развитию глазомера, координации движений.

* **Чей мяч улетит дальше**.

Создать условия для овладения навыка далеко бросать мяч, двумя руками от груди и из-за головы, ловить его двумя руками. Укреплять мышцы плечевого пояса. Развивать ловкость, быстроту реакции.

* **Поймай мяч, переправь через сетку**.

Совершенствовать навык ловли мяча с воздуха и от земли, быстрой его передачи через сетку на сторону противника. Развивать координацию движений, глазомер. Воспитывать интерес к игре мини-волейбол.

* **Попади мячом в обруч**.

Способствовать умению играть в командах. Совершенствовать броски мяча в несколько горизонтальных целей, лежащих на полу, далеко и точно перебросив мяч предварительно через волейбольную сетку.

* **Подбрось, поймай.**

Создать условия для совершенствования двигательных навыков: подбрасывать мяч, вверх и ловить его двумя руками, не прижимая к груди. Закреплять навыки игры в волейбол.

* **Подбрось одной рукой, поймай двумя руками.**

Создать условия для овладения детьми игрой мини- волейбол. Упражнять в подбрасывании мяча одной рукой и ловли двумя руками. Развивать ловкость.

**Ходим, бросаем, ловим**.

Освоение детьми игры мини-волейбол, формировать навык игры в команде, чувство сплоченности.

Упражнять в подбрасывании мяча и ловли его в движении. Укреплять крупные, мелкие мышцы обеих рук.

* **Не урони внимательно смотри**.

Продолжать учить играть в волейбол, закреплять правила игры. Совершенствовать умение перебрасывать мяч в парах через сетку. Развивать двигательную реакцию детей, точность, координацию движений.

Воспитывать чувство сплочённости.

* **Кого назвали, тот ловит мяч**.

Помочь в освоении игры мини-волейбол, отрабатывать умение ловить мяч двумя руками, перебрасывать мяч через сетку. Закреплять умение передвигаться по площадке, быстро реагировать на сигнал.

* **Мяч водящему**.

Закреплять умение ловить мяч и бросать друг другу двумя руками.

Способствовать развитию координации движений. Воспитывать уверенность в своих силах.

* **Передал – садись**.

Продолжать формировать навык игры, в команде соблюдая правила игры. Совершенствовать умение бросать мяч друг другу. Развивать реакцию, глазомер.

* **Успей поймать**.

Продолжать учить играть в волейбол, закреплять умение передавать – ловить мяч координировать свои действия с действиями товарищей. Развивать выносливость, быстроту.

**Перебрось мяч через сетку из-за головы**.

Продолжать освоение детьми игры. Совершенствовать умение перебрасывать мяч через сетку из-за головы.

Развивать умение анализировать свои движения и товарищей. Воспитывать дружеские отношения.

* **Мяч через сетку от груди.**

Создать условия для игры мини-волейбол. Закреплять умение бросать мяч через сетку от груди, соблюдать правила. Воспитывать толерантное отношение.

* **Делай три шага**.

Обеспечить условия для игры мини-волейбол. Закреплять правило: делать только три шага к сетке, чтобы перебросить мяч на сторону соперника. Приучать слушать сигнал. Развивать внимание, быстроту, ориентировку в пространстве.

* **У кого меньше мяче**й.

Продолжать тренировку по обучению игре, совершенствовать навыки перебрасывания мяча через сетку разными способами. Развивать быстроту, ловкость. Формировать умение играть в командах.

* **Играй, играй мяч не теряй**.

Создать условия для игры мини-волейбол, закреплять правила игры. Формировать умение управлять мячом, уметь слушать сигнал. Развивать выносливость, глазомер. Укреплять дыхательную систему.

**Список используемой литературы**

1. Бабаева Т.И., Детство: Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. Санкт-Петербург «Детство-Пресс», 2011 .

2. Анисимова Т.Г Физическое развитие детей 5-7 лет. Волгоград, 2009 .

3.Вавилова Т.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. Москва. Просвещение, 1983.

4. Луконина Н.И. Физкультурные праздники в детском саду. М. Мозаика – Синтез, 1998.

5. Тарасова Т.С. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. Творческий центр Москва, 2005.

6. Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. М. Мозаика – Синтез, 2002.

7. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. М. Владос, 2002.

8. Сивачева Л.Н. Физкультура – это радость! Спортивные игры с нестандартным оборудованием. С.-Петербург. Детство Пресс, 2003.

9. Шилкова И.К. «Здоровьеформирующее развитие» М. Владос, 2001.

Материальные ресурсы:

1. мультимедийное оборудование,

2. спортивный инвентарь

3. дидактические развивающие пособия.