

Управление образования администрации муниципального образования  
Абинский район  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 39 «Аистенок»  
муниципального образования Абинский район

Принята  
на педагогическом совете  
протокол № 5 от 31.05.2023г.



Утверждаю  
заведующий МБДОУ  
детский сад № 39  
Л.В. Димидова  
приказ № 90 от 31.05.2023г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Школа мяча»**

Уровень программы: *ознакомительный*

Срок реализации программы: *1 год: 36 часов*

Возрастная категория: *от 6 до 7 лет*

Состав группы: *до 10 человек*

Форма обучения: *очная*

Вид программы: *модифицированная*

Программа реализуется: *на бюджетной основе*

ID – номер Программы в Навигаторе: #38979

**Автор – составитель:**  
Трочинская Людмила Владимировна,  
инструктор по физической культуре

## Содержание

### **I. Комплекс основных характеристик программы**

1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Направленность программы	3
1.1.2.	Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность	4
1.1.3.	Отличительные особенности программы	5
1.1.4.	Адресат программы	6
1.1.5.	Объем и срок реализации программы	6
1.1.6.	Особенности организации образовательного процесса	7
1.1.7.	Режим занятий, периодичность и продолжительность	7
1.2.	Основные требования к программе ознакомительного	
1.2.1.	уровня	7
1.3.	Цели и задачи программы	7
	Содержание программы	8
1.4.	Планируемые результаты	14

### **II. Комплекс организационно-педагогических условий**

2.1.	Календарный учебный график	16
2.2.	Условия реализации программы	16
2.3.	Формы аттестации	17
2.4.	Оценочные материалы	17
2.5.	Методические материалы	19
2.6.	Способы и направления поддержки детской инициативы	21
2.7.	Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников	22
2.8.	Список литературы	23
	Приложение № 1	24
	Приложение № 2	29

## **I. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Одной из основных задач работы дошкольного образовательного учреждения является сохранение и укрепление здоровья дошкольника, формирование у них привычки к здоровому образу жизни.

Данная программа разработана в соответствии ФЗ № 273 от 29.12.12 г. «Об образовании в Российской Федерации». Реализация программы осуществляется на основе ряда законов и нормативных документов:

1. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 года. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 года № 2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

3. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р.

4. Приоритетный национальный проект «Доступное дополнительное образование для детей» (2017-2025гг.) утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 года № 11)

5. «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21»).

6. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» (с изменениями от 20.07.2000 г.; 22.08; 21.12.2004 г.; 26, 30.06.2007 г.).

7. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2020-2025 годы.

#### **1.1.1. Направленность – физкультурно-спортивная.**

Направленность Программы в развитии индивидуальных и командных двигательных способностей учащихся. Занятия дают возможность получить полноценное физическое развитие, раскрыть двигательное творчество, повысить детскую инициативу, эмоциональное благополучие и уверенность в своих силах.

### **1.1.2. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность**

**Новизна программы.** Особое место в организации двигательной активности в дошкольном учреждении занимает формирование навыка владения мячом в соответствии с программой дошкольного образования и ФГОС ДО. Игры с мячом пользуются у детей наибольшей популярностью, и это неудивительно, мяч – один из спортивных инвентарей, который легко приобрести и использовать как в самостоятельной, так и в организованной совместной деятельности в помещении и на улице. Развитие физических способностей осуществляется на основе повторяемости и оптимальной последовательности способов владения мячом: ведение, броски, передачи, обманные движения и т.п.

Занятия проводятся эмоционально, с большим использованием подвижных игр и игровых упражнений с мячом и предметами, что позволяет дольше поддерживать интерес дошкольников, повышать эффективность и точность выполнения элементов спортивных игр.

#### **Актуальность программы**

Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы, выносливости и работоспособности скелетной мускулатуры, которая влечет за собой нарушение осанки, координации движений, плоскостопие. Для удовлетворения потребности в двигательной активности в детском саду создана программа физкультурно-спортивной направленности, которая предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возрастных особенностей, состоянием здоровья детей. Важное место в системе физического воспитания дошкольников занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании, отбивании способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают

подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки. Систематические подвижные игры и упражнения с мячом активно влияют на совершенствование психических процессов: силы, уравновешенности, координации. Совместное выполнение упражнений с мячом (в парах, втроём, в кругу) – прекрасная школа приобщения ребёнка к коллективу. В играх, которые проводятся в команде, формируется ответственность перед командой, умение считаться с чужим мнением, самостоятельно находить выход из создавшейся игровой ситуации, проявлять инициативу, двигательное творчество, способность добиваться высоких личных и командных результатов. Выполнение правил спортивных игр способствует формированию выдержки, честности, справедливости.

Программа обеспечивает достижения воспитанниками готовности к школе, а именно необходимый и достаточный уровень развития ребёнка в дальнейшем обучении.

**Педагогическая целесообразность** программа обусловлена их возрастными особенностями: интересом к спортивным играм с мячом, любознательностью, увлеченностью, инициативностью. Данная программа призвана расширить двигательный потенциал учащегося, обогатить словарный запас, сформировать нравственно-эстетические чувства, коммуникативные качества.

Все упражнения и игры с мячом подчинены одному: полноценному физическому развитию ребенка, формированию начальных представлений о некоторых видах спорта и готовности к совместной деятельности со сверстниками.

**1.1.3. Отличительной особенностью программы** является то, что её содержание ориентировано на создание у детей хорошей физической подготовки, воспитание нравственно-волевых качеств, позитивной социализации. Обеспечение доступности в разнообразных формах занятий, возможности увидеть результаты, получить одобрение и поддержку со стороны взрослых и сверстников.

Для дошколят мяч – привлекательный «снаряд», символизирующий приобщение к спортивным играм: волейболу, баскетболу, футболу и поэтому успешно используется для повышения двигательной активности детей старшего дошкольного возраста.

**Основные принципы программы:**

- научности (использование научно – обоснованных и апробированных программ, технологий и методик);

- доступности (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- активности (дошкольников);
- сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- систематичности (постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- целенаправленности (подчинение комплекса медико-педагогических воздействий четко определенной цели);
- оптимальности (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки).

#### **1.1.4. Адресат программы**

Дети старшего дошкольного возраста проявляют в движении ловкость, быстроту, умение двигаться в пространстве, взаимодействовать в коллективе. Обучающиеся больше обращают внимание на выполнение правил, согласовывают движения со сверстниками. Они имеют достаточно разнообразный опыт в двигательной деятельности с мячом. Продолжается дальнейшее развитие моторики ребенка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребенок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками. Могут выполнять разнообразные сложные упражнения на равновесие на месте и в движении, способны метать различные предметы в цель. В силу накопленного двигательного опыта и достаточно развитых физических качеств дошкольник этого возраста часто переоценивает свои возможности, поэтому важно сформировать умение преодолевать трудности и поддерживать своих сверстников.

Возраст обучающихся 6-7 лет. В группе могут заниматься и мальчики и девочки. В объединение принимаются учащиеся без специальной подготовки и не имеющие противопоказания по состоянию здоровья.

#### **1.1.5. Объем и срок реализации программы**

Программа «Школа мяча» рассчитана на один год обучения.

Объем программы:

1 год обучения - 36 часов (1 раз в неделю по 30 минут).

**Уровень программы** - ознакомительный.

### **1.1.6. Особенности организации образовательного процесса**

Учебный год начинается 1 сентября и заканчивается 31 мая.

В объединение могут приниматься учащиеся в течение года.

Место проведения: спортивный зал учреждения и спортивная площадка.

**Форма обучения** – очная. Специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

Итогом детской деятельности могут служить соревнования, физкультурные досуги, праздники, развлечения.

### **1.1.7. Режим занятий, периодичность и продолжительность**

Количество занятий: 1 в неделю по 30 минут, 4 в месяц, 36 в год.

Планируемое количество обучающихся не более 10 человек. Такое количество позволяет педагогу реализовать на практике принцип индивидуально-личностного подхода к обучающимся, сформировать уровень успешности.

Образовательный процесс построен в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями дошкольников, что предполагает возможную корректировку времени и режима занятий.

Расписание занятий составляется с учетом возможностей учреждения.

## **1.2. Основные требования к программе ознакомительного уровня**

**1.2.1. Цель программы:** Обогащение двигательного опыта в разнообразных действиях с мячом в процессе ознакомления с элементами спортивных игр.

### **Программа направлена на решение следующих задач:**

*Образовательных (предметных):*

- Развивать познавательный интерес к истории спортивных игр.
- Способствовать формированию простейших технико-тактических действий с мячом: передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование, индивидуальную тактику, умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

*Личностные:*

- Воспитывать умение сознательно подчинять свою деятельность поставленной цели.
- Формировать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь сверстникам в сложных ситуациях.

- Развивать ответственность за личные и командные успехи.
- Воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность, творчество, фантазию.
- Формировать навыки здорового образа жизни.

*Метапредметные:*

- Формировать технику игры в волейбол, баскетбол, пионербол, мини футбол.
- Развивать координацию движений, выносливость, быстроту ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.
- Развивать психофизические качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость.

### **1.3.Содержание программы**

#### **Учебный план дополнительной общеобразовательной программы**

№	Название темы	Всего часов	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Диагностика	1		1
2	Игровые упражнения с мячом	6	1	5
3	Подвижные игры с мячом	9	1	8
4	Приемы техники игры баскетбол	6	1	5
5	Приемы техники игры в волейбол	7	1	6
6	Приемы техники игры футбол	6	1	5
7	Диагностика	1		1
	Итого	36	5	31

В соответствии с ФГОС дошкольного образования Программа способствует:

- приобретению опыта в двигательной деятельности детей, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
- формированию начальных представлений о некоторых видах спорта,
- овладению подвижными играми с правилами;
- становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами.

Таким образом, отражены два направления образовательной работы по физическому развитию дошкольников:

- 1) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;
- 2) физическая культура, развитие физических качеств.

Оздоровительные задачи решаются в процессе соблюдения требований к гигиеническим условиям, рациональному режиму дня, физическим упражнениям.

Обучающие и воспитательные задачи реализуются посредством интеграции образовательных областей в процессе основных видов детской деятельности – игровой, познавательно-исследовательской, двигательной.

### **Методика обучения игре в баскетбол.**

Успешное выполнение игровых действий с мячом связано с овладением детьми наиболее целесообразными приемами перемещения по площадке.

**В подготовительной к школе группе** продолжается усвоение приемов передачи, ловли, ведения и броска мяча в сторону. Задания постепенно усложняются. От упражнений, выполняемых стоя на месте, переходят к упражнениям с перемещением игрока, с дополнительными заданиями, при противодействии другого игрока. Формируются умения применять названные действия в игровых условиях, сочетать их между собой и с другими действиями с мячом и без него, в зависимости от игровой ситуации. Целесообразно варьировать условия выполнения этих действий. При этом усложняется взаимодействие игроков между собой.

Упражнения в передаче и ловле мяча дополняются заданиями, выполняемыми при передвижении парами. Когда дети хорошо овладевают способами ловли и передачи мяча, эти действия начинают применять в сочетании с остановками, поворотами, ведением и бросанием мяча в корзину.

В этой возрастной группе значительно расширяется круг упражнений для разучивания приемов ведения мяча. Вырабатываются непринужденность

и ритмичность действий. Следует стремиться к тому, чтобы на 2 шага приходился 1 удар мяча о площадку. Совершенствуются навыки отталкивания мяча пальцами и мягким движением кисти, ведение правой и левой рукой. Детей обучают приемам ведения мяча с изменением направления и скорости передвижения, высоты отскока.

Дети осваивают такие важные для игры элементы, как остановка после ведения мяча с удержанием его в руках и с передачей партнеру. Вначале остановки совершают после ходьбы шагом, затем после медленного бега. Только тогда переходят к разучиванию техники остановок после быстрого бега. А также внезапных - по звуковым и зрительным сигналам. Детей учат останавливаться следующим образом: после энергичного отталкивания одной ногой ребенок делает удлиненный, стопорящий шаг, несколько отклоняется назад (в сторону) на опорную ногу и делает второй шаг. Ноги плавно сгибаются, тяжесть тела распределяется на обе ноги. Умение останавливаться используется при разучивании броска мяча в корзину после предварительной остановки. Такой бросок часто выполняется одной рукой от плеча. Для выполнения броска рекомендуется выставлять одну ногу на полшага вперед (мяч в это время находится на ладони согнутой в локте руки и придерживается другой рукой), а затем, разгибая ноги и одновременно выпрямляя руку с мячом вверх - вперед, мягким толчком кисти направлять мяч в корзину.

Только после того как дошкольники овладеют умением сочетать разнообразные действия, связанные с ловлей и бросанием мяча, ведением и бросанием мяча, ловлей и ведением мяча, ведением и передачей мяча, ведением и забрасыванием мяча в корзину. Научатся применять их в упражнениях и играх с установленными взаимоотношениями игроков, приступают к разучиванию игры в баскетбол по облегченным правилам. Баскетбол - игра командная. В ней одновременно участвуют 2 команды. В каждой - 5 основных и несколько запасных игроков. Время игры ограничено двумя таймами по 5 мин (всего 10 мин), между которыми дается перерыв в 5 минут.

Цель игры состоит в том. Чтобы забросить в корзину соперника как можно больше мячей, соблюдая при этом правила игры. Команде, забросившей мяч в корзину, начисляется 2 очка. Игра состоит из двух таймов по 5 минут, между которыми делается перерыв. Судейство в игру ведет воспитатель.

Для игры в баскетбол используются резиновые мячи диаметром 18-20 см и мячи для мини-баскетбола. Важно, чтобы мячи хорошо отскакивали от поверхности площадки, пол. Правила игры с мячом заключаются в том, сто

мяч можно передавать, бросать или вести в любом направлении. Случайное касание ногой мяча не считается нарушением. Ударять по мячу ногой или кулаками запрещается. Ребенок, получивший мяч в движении, может вести его не более 3 шагов, после чего он должен передать его товарищу по команде. Вести мяч одновременно двумя руками не разрешается. Если мяч попадет за пределы площадки, он считается вышедшим из игры. Виновным в выходе мяча из игры считается тот, кто дотронулся до него последним. Если судья затрудняется определить, кто это сделал, назначается спорный бросок.

Любое несоблюдение перечисленных правил считается нарушением. Команда, нарушившая правила, лишается мяча, и он передается другой команде. Вбрасывание мяча осуществляется игроком команды, которая его получает, из-за боковой линии против того места на площадке, где было совершено нарушение.

Розыгрыш начального и спорного бросков производится в начале каждого периода, при задержке мяча, а также в тех случаях, когда 2 игрока из соперничающих команд одновременно взяли мяч, когда воспитатель сомневается, от кого вышел мяч, когда мяч застрял в корзине или же была совершена ошибка игроками обеих команд. Выполнение правил игры имеет большое воспитательное значение и помогает организации поведения детей. Игроки, которые плохо ведут себя, должны быть удалены на время с площадки. В процессе игры дети должны быть внимательны и доброжелательны друг к другу.

### **Методика обучения катанию, бросанию и ловле, метанию.**

**Катание** - полезное упражнение, помогающее овладеть мячом, тренирующее мышцы пальцев и кисти, приучающее правильно оценивать направление движения мяча и необходимые при этом мышечные усилия. Для успешного прокатывания следует направлять мяч вперед, стараясь, чтобы он не уклонялся в сторону, толчок должен быть сильным и уверенным. В подготовительной к школе группе дети катают утяжеленный набивной мяч весом до 1 кг. Толчок должен выполняться пальцами выпрямленных рук, как бы сопровождая ими движение мяча.

**Бросание и ловля** - более сложные движения, требующие глазомера. При ловле мяча важно правильно оценить направление его полета, а при броске сочетать необходимое направление с силой броска. Полезно подбрасывание мяча вверх. Оно связано с активным выпрямлением, как бы потягиванием за брошенным предметом, и это упражнение, помимо укрепления мышц плечевого пояса, содействует хорошей осанке. При овладении действиями с мячом большое место занимают индивидуальные

упражнения, самостоятельные попытки детей играть с мячом: бросать его в любом направлении, использовать усвоенный способ броска - снизу, сбоку, от плеча. Бросок о землю должен выполняться вертикально вниз с соблюдением точности направления и определенной силы толчка. При слабом ударе приходится наклоняться вниз, чтобы поймать мяч, а при излишне сильном ударе мяч высоко взлетает и его трудно поймать. Успех в данном упражнении во многом зависит от состояния поверхности, поэтому бросание мяча вниз воспитатель организует на асфальтовой дорожке, плотной, ровной площадке. Мяч, брошенный вверх или отскочивший от земли, ловят двумя руками одновременным хватом с двух сторон или снизу, подставляя ладони под взлетевший мяч. Пальцы слегка согнуты, образуя как бы чашу. Мяч, брошенный сверстником, надо ловить, не прижимая к груди, стараясь встречать при ловле пальцами, руки выпрямлять по направлению к летящему мячу, а поймав, согнуть их и подтянуть мяч к груди.

Дети ловко и непринужденно бросают и ловят мяч. Поэтому они могут находиться в разных положениях - сидя, стоя, парами, по кругу, передвигаясь. Удастся старшим и сочетание разных движений с игрой в мяч, например, подбрасывать и ловить мяч, приседая, подпрыгивая, чередовать бросание и ловлю с бегом.

Необходимо научить дошкольников ведению мяча. К разучиванию этого движения приступают после того, как дети овладеют навыком отталкивать мяч, стоя на месте мягкими, плавными движениями кисти. При ведении мяча ребенок продвигается вперед шагом, а затем и бегом, немного наклонившись по ходу движения. Мяч отбивают так, чтобы он отскакивал на уровне или несколько выше пояса.

**Метание в цель** (горизонтальную и вертикальную) выполняется мячами резиновыми или теннисными, мешочками с песком, шишками, снежками. Горизонтальной целью может служить ящик, пенек, корзина, вертикальной - щит с нарисованным кругом, обруч, большой мяч, дерево и т.п. в зависимости от характера цели, веса и величины метаемого снаряда выбирается способ метания. Большой мяч в корзину или лежащий на земле обруч бросают двумя руками снизу, маленький мяч или шишку - одной рукой. В вертикально расположенную цель чаще бросают небольшой снаряд одной рукой. В метании надо обращать внимание на чередование бросков правой или левой рукой - это важно для гармоничного развития обеих рук, для профилактики появления нарушения осанки.

**Метание вдаль** не требует такой точности, глазомера, как метание в цель. Движения детей здесь более свободные, размашистые, энергичные. Часто, бросок, хотя и резкий, направляется вниз, и предмет падает близко от

ребенка (в пределах 0,5м), детей надо обучить правильному метанию вперед-вверх. По такой траектории мяч улетит далеко. Без зрительного ориентира дети с трудом понимают, как это выполнить. Поэтому взрослый предлагает перебросить мяч через куст, ветку дерева или подвешивает веревку несколько выше поднятой руки ребенка. Дети располагаются на расстоянии 2 - 3 м, педагог должен правильно показать детям движение с соблюдением всех основных требований техники или для показа подготовить ребенка, умеющего хорошо метать. Метание вдаль выполняется разными способами: от плеча, из-за спины через плечо с предварительным замахом, снизу, сверху, сбоку. Вдаль метают мячи, мешочки с песком, шишки, снежки. Вырезанные из картона круги метают способом сбоку, напоминающим метание диска. Мячи должны быть разнообразными: маленькие резиновые или теннисные диаметром 5-6 см. Для некоторых упражнений и игр используются надувные мячи, детям необходимы волейбольные и набивные мячи весом до 1 кг. Мячи должны хорошо отскакивать.

### **Методика обучения игре в футбол**

Для организации занятий с детьми старшего дошкольного возраста на основе использования элементов игры в футбол, необходимо осуществить ряд последовательных мероприятий. Подготовка мест и инвентаря в спортивном зале или на спортивной площадке; подбор соответствующих возрастным особенностям способов владения мячом, создание условий выполнения различных движений в голеностопном, коленном и тазобедренном суставах, использование упражнений для двигательного действия футболиста (удары по мячу, передачи, остановки, ведения).

Рекомендуется применять специальные упражнения в следующей последовательности: на развитие «чувства мяча»; на обучение ударам; на обучение остановок и передач; на обучение ведения; комбинированные упражнения, направленные на закрепление и совершенствование игры в футбол. Занятия необходимо проводить длительностью по 25-30 минут. Включать элементы игры в футбол в каждое занятие в процентном соотношении 25% от общего времени занятий.

В процессе деятельности необходимо использовать упражнения, в условиях обеспечивающих интеграцию познавательной и двигательной деятельности детей. Для этого необходимо подготовить спортивный инвентарь и оборудование с дидактической символикой (мячи, ворота, ориентиры, мишени, обводки).

Игра в футбол по упрощенным правилам проводится малыми командами от 2 до 4 человек. Рекомендуемая длительность игры - два тайма по 3-5 минут.

Перед игрой детей знакомят с правилами игры в футбол. Формирование двигательных действий с мячом должно осуществляться на основе повторения упражнений для детей старшего дошкольного возраста по 10-12 раз по 4-5 серий.

На каждом этапе обучения необходимо осуществлять анализ выполнения детьми двигательных действий и установить основные ошибки. Определить, в какой фазе движений они происходят, использовать подводящие упражнения различными частями тела, таким образом, чтобы достичь согласования отдельных движений.

Перспективный план проведения занятий «Школа мяча» представлен в (Приложении № 1).

#### **1.4. Планируемые результаты**

*Образовательных (предметных):*

- Сформируется познавательный интерес к истории спортивных игр.
- Сформируются простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование, умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

*Личностные:*

- Появится умение сознательно подчинять свою деятельность поставленной цели.
- Появится потребность к здоровому образу жизни.
- Сформируется умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь сверстникам в сложных ситуациях.
- Сформируется организованность, самостоятельность, ответственность за личные и командные успехи.

*Метапредметные:*

- Освоят технику игры в волейбол, баскетбол, пионербол, мини-футбол.
- Разовьются координация движений, выносливость, ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.

#### **Возрастные особенности детей**

В старшем дошкольном возрасте ребенок осознает себя как личность, как самостоятельный субъект деятельности и поведения.

Продолжается дальнейшее развитие моторики, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике.

Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребенок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками. В этом возрасте дети овладевают прыжками на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места и с разбега при скоординированности движений рук и ног (зрительно-моторная координация девочек более совершенна).

Выполняют разнообразные сложные упражнения на равновесие на месте и в движении, способны четко метать различные предметы в цель. В силу накопленного двигательного опыта и достаточно развитых физических качеств дошкольник этого возраста способен освоить командную игру с соблюдением правил.

Умеет:

- перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно, через сетку;
- бросать мяч вверх, о пол, ловить его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, с поворотами;
- легко отбивает мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении;
- перебрасывает набивные мячи;
- владеет метанием:
  - на дальность (6-12 м) левой и правой рукой;
  - в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя);
  - в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м);
  - в движущуюся цель;
- освоил элементы спортивных игр:

**Баскетбол** и умеет:

- передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча);
- перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении;
- ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон;
- забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча;

- вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь по сигналу;

**Футбол** и умеет:

- передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте;

- вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота;

**Волейбол** и умеет:

- выполнять отбивание мяча после подачи соперника через сетку;

- производить подачу надувного мяча одной рукой снизу, сверху;

- выполняет простейшие правила игры.

## **II. Комплекс организационно – педагогических условий**

### **2.1 Календарный учебный график**

Календарный учебный график (Приложение 2)

### **2.2 Условия реализации программы**

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала ДОО является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной, способствующей охране и укреплению здоровья детей. Оборудование отвечает безопасным, здоровьесберегающим эстетически привлекательным и развивающим характеристикам, обеспечивает возможность двигательной активности, общения и совместной деятельности детей и взрослых.

Для реализации программы «Школа мяча» в детском саду имеется спортивный зал, с нанесённой на полу разметкой. Оборудование соответствует требованиям программы.

**Кадровое обеспечение** – для реализации программы требуется педагог, обладающий профессиональными знаниями в предметной области, знающий специфику ООД, имеющий практические навыки в сфере организации двигательной деятельности детей.

**Спортивный инвентарь для занятий:**

1. Мячи:

-резиновые (малые, средние, большие);

-малые пластмассовые;

- надувные;
  - массажные резиновые;
  - баскетбольные;
  - волейбольные.
2. Фитболы.
  3. Мелкие предметы для развития кисти руки.
  4. Баскетбольные корзины.
  5. Напольные корзины.
  6. Шнур для натягивания.
  7. Волейбольная сетка.
  8. Футбольные ворота.
  9. Обручи разного размера.
  10. Кубики, бруски, цилиндры.
  11. Кегли.
  12. Гимнастические скамейки.
  13. Мишени.
  - 14.Схемы.

### **2.3 Формы аттестации**

Формой подведения итогов реализации программы является: показ на мероприятиях с родителями.

Контроль осуществляется 2 раза в год – в начале (сентябрь) и конце года (май).

Метод диагностики: тестовые задания на выявление теоретических знаний и уровня владения мячом из диагностики физического развития детей.

Виды мониторинга: на начало учебного года с заполнением диагностической карты; итоговый в конце учебного года в виде итогового открытого занятия для родителей с заполнением диагностической карты.

### **2.4. Оценочные материалы**

Для определения достижений учащимися планируемых результатов используется диагностика образовательного уровня учащихся. Согласно методике оценивается уровень освоения: основных знаний умений и навыков, мотивации к занятиям, творческая активность, эмоционально – творческая настроенность, достижения учащихся. А так же ведется

мониторинг личностного и физического развития ребенка в процессе освоения им дополнительной образовательной программы.

### Примерные контрольные нормативы по технической подготовке

#### Мальчики

№ п/п	Контрольные упражнения	низкий	средний	высокий
1.	Ведение по «∞» 20 м (кол-во сек)	8.6	8.4	8.0
2.	Бросок с места 10 попыток (кол-во попаданий)	5	7	9
3.	Чередование способов передачи и приема мяча сверху, снизу (количество передач)	2-3	4-5	6 и более
4.	Попасть по воротам после ведения по «8» из 5 раз	1	2-3	4 -5

#### Девочки

№ п/п	Контрольные упражнения	низкий	средний	высокий
1.	Ведение по «8» 20 м (кол-во сек)	8.8	8.6	8.1
2.	Бросок с места 10 попыток (кол-во)	5	7	9
3.	Чередование способов передачи и приема мяча сверху, снизу (количество передач)	1-2	3-4	5 и более

### Примерные контрольные нормативы по физическому развитию

#### Мальчики

№ п/п	Контрольные упражнения	низкий	средний	высокий
1.	Челночный бег (сек)	8.7	8.4	8.1
2.	Прыжок в длину с места	120	140	150

<b>3.</b>	Бросок набивного мяча 1 кг из – за головы двумя руками стоя	180	190	200
<b>4.</b>	Упражнение на брюшной пресс за 30 сек	20	23	25

### Девочки

<b>№ п/п</b>	<b>Контрольные упражнения</b>	<b>низкий</b>	<b>средний</b>	<b>высокий</b>
<b>1.</b>	Челночный бег (сек)	9.0	8.7	8.4
<b>2.</b>	Прыжок в длину с места	100	110	130
<b>3.</b>	Бросок набивного мяча 1 кг из – за головы двумя руками стоя	160	170	180
<b>4.</b>	Упражнение на брюшной пресс за 30 сек	15	18	20

## 2.5.Методические материалы

Образовательный процесс включает в себя различные методы:

- обучения:
    - репродуктивный (воспроизводящий);
    - иллюстративный (объяснение сопровождается демонстрацией наглядного материала);
    - проблемный (педагог ставит проблему и вместе с детьми ищет пути ее решения);
    - эвристический (проблема формулируется детьми, ими и предлагается способы ее решения);
  - воспитания:
    - убеждения,
    - упражнения,
    - личный пример;
    - поощрения.
- Все методы обучения реализуются различными средствами:

- предметными - для полноты восприятия учебная работа проводится с использованием наглядных пособий и технических средств;
- практическими – проблемная ситуация, игра, творческое задание;
- интеллектуальными: логика, воображение, интуиция, мышечная память, внимание;
- эмоциональными: переживание, представление, интерес.

Рациональное применение этих форм, методов и средств обучения обеспечивает эффективность реализации дополнительной образовательной программы.

***При обучении Истории возникновения игр с мячом, правила игры в них:***

- показ образца с одновременным объяснением, выполнением действий и включением в них детей;
- пояснение и показ упражнений;
- повторение упражнения;
- использование схематичных изображений - алгоритмов выполнения упражнений;
- творческие задания;
- игровые и соревновательные задания.

***Обучение правилам спортивных игр и упражнений с мячом:***

- дополнительные средства (двигательные, образные, в т. ч. наглядные модели и символы);
- тематические презентации, видеоролики.

Для поддержки инициативы в работе с детьми используются следующие современные образовательные технологии:

**Информационные технологии:**

- способствуют лучшему усвоению материала, помогают в игровой, доступной форме изучить необходимый материал;
- взаимодействовать в парах и группой.

**Технология наглядного моделирования:**

- развивает у детей воспроизведение движений по схеме.

**Здоровьесберегающая технология:**

- занятия на свежем воздухе, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика.

### **Структура занятия**

**Вводная часть:** различные виды ходьбы и бега, подскоков, прыжков, корригирующие упражнения.

**Основная часть:** Обще развивающие упражнения, упражнения с мячом, элементы спортивных игр, подвижные игры, эстафеты с мячом.

**Заключительная часть:** малоподвижная игра, ходьба, релаксация.  
(Занятия проводятся в спортивном зале, в теплое время года на спортивной площадке).

Формы занятий: традиционное занятие, комбинированное занятие, практическое занятие, тренинг, игра и т.д.

Организация образовательного процесса – очная.

Программа является вариативной. Педагог может вносить изменения в содержания тем, дополнять практические занятия новыми приемами практического исполнения.

#### *Методические рекомендации:*

Продвигаясь от простого к сложному, ребята смогут постичь увлекательный мир спортивных игр с мячом.

Все перечисленные методы и соответствующие приемы используются в тесной взаимосвязи друг с другом, подбираются с учетом стоящих задач, этапа обучения, подготовленности детей, их возрастных и индивидуальных особенностей, способа и характера спортивных упражнений.

## **2.6. Способы и направления поддержки детской инициативы**

Образовательная среда физкультурного зала стимулирует развитие у детей уверенности в себе, оптимистического отношения к жизни, даёт право на ошибку, формирует познавательные интересы, поощряет готовность к сотрудничеству и поддержку другого в трудной ситуации, то есть обеспечивает успешную социализацию ребенка и становление его личности.

Педагог создает проблемные ситуации, в которых ребёнок, выстраивает отношение к себе и другим, учится быть инициативным и принимать решения, использовать свое мышление и воображение:

- при участии взрослого обсуждать важные события со сверстниками;
- совершать выбор и обосновывать его;
- предъявлять и обосновывать свою инициативу (замыслы, предложения и пр.);

- планировать и оценивать собственные действия индивидуально и в малой группе, команде.

Стимулировать детскую двигательную активность и решение поставленных задач с помощью:

- мотивация детей на освоение предстоящей деятельности игры с мячом (создание проблемы);
- совместное определение цели деятельности с мячом;
- совместное планирование деятельности с мячом посредством использования подвижных игр;
- самостоятельная и совместная деятельность детей по выполнению дифференцированных упражнений с мячом;
- подведение итогов: обсуждение успехов, выяснение причин неудач, пожелания детей к последующему проведению образовательной деятельности

## **2.7. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников**

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребёнка является взаимодействия с семьёй. Создание необходимых условий для развития компетентности родителей (законных представителей) в вопросах формирования здорового образа жизни и ответственного взаимоотношения с детьми.

Особенно важен контакт между педагогом и семьёй. В диалоге проходит консультирование родителей (законных представителей) по взаимодействию в развитии у дошкольников двигательных навыков, обучению подвижным играм с мячом, спортивным играм с правилами. Уважение, сопереживание и искренность являются важными позициями, способствующими позитивному общению.

Формы работы:

- родительские собрания;
- консультации;
- индивидуальные беседы и рекомендации;
- наглядная информация;
- просмотры занятий;
- мастер – класс;
- проведение практических занятий.

В результате повысится компетентность родителей и желание участвовать в

совместных акциях и спортивных мероприятиях.

## **2.8. Список литературы**

1. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М., 1983.
2. Александрова Е.Ю. Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. Волгоград, 2007.
3. Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду. М., 1990.
4. Вавилова Е.Н. Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать. М., 1983.
5. Гришин В.Г. Игры с мячом М., 1982.
6. Конеева Е.В. Детские подвижные игры. РНД., 2006.
7. Николаева Н.И. Школа мяча. М., 2008.
8. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с дошкольниками. М., 1988.
9. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка. М., 2008.

Перспективный план  
«Школа мяча»

Тема	Задачи	Содержание
ОД № 1 Беседа «История возникновения мяча».	Цель: Познакомить с игрой в баскетбол, футбол, волейбол, историей ее возникновения; стойке баскетболиста, технике ведения мяча, бросков в корзину, передачи мяча ногой, способствовать развитию быстроты, ловкости, воспитывать внимание.	Подвижная игра (П/и) «Подбрось выше»
ОД № 2	Задачи: Ознакомить с техникой ведения мяча, бросков в корзину, передачи и ловли мяча, способствовать развитию быстроты, ловкости, воспитывать внимание.	Обучение: Бросок мяча вверх, ловля его двумя руками. Подвижная игра «Подбрось выше».
ОД № 3	Задачи: Формировать умение владеть мячом, не мешать товарищу по игре, воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.	Обучение: Бросок мяча вверх, хлопок перед собой; ловля его двумя руками П/и «Сбей кеглю»
ОД № 4	Задачи: Формировать умение действовать с мячом, быстро, реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание.	Обучение: Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола. Следить за мячом при броске, ловить ладонями. П/и «Играй, играй мяч не теряй»
ОД № 5	Задачи: Формировать умение ловле мяча, закреплять умение быстро реагировать на сигнал, способствовать развитию	Обучение: Бросание мяча в стенку и ловля его после отскока. П/и «Мяч в корзину»,

	ориентировки в пространстве.	«Сбей фигуру»
ОД № 6	Задачи: Формировать умение ловле мяча, упражнять в умении действовать с ним, способствовать развитию координации движений: воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.	Закрепить: Бросание мяча в стенку и ловля его после отскока. Подвижная игра «Десять передач»
ОД № 7	Задачи: Формировать навыки бросания мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, дружно играть.	Совершенствовать навыки ловли мяча. Подвижная игра «Обгони мяч»
ОД № 8	Задачи: Формировать умение передавать мяч двумя руками от груди, упражнять в ловле мяча, развивать внимание и ориентировку в пространстве.	Обучение: Передача двумя руками от груди, стоя парами. Подвижная игра «У кого меньше мячей»
ОД № 9	Задачи: Совершенствовать навыки передачи — ловли мяча, развивать умение точно бросать мяч в определенном направлении; воспитывать умение согласовывать свои движения с движениями товарища.	Закрепить: Передача мяча двумя руками от груди, стоя парами. Подвижные игры: «Мяч водящему», «Поймай мяч»
ОД № 10	Задачи: Упражнять детей в передаче – ловле мяча, воспитывать внимание, способствовать развитию точности движения.	Обучение: Передача мяч по очереди друг другу, сначала в правую, затем в левую сторону. П/и «Поймай мяч»
ОД № 11	Задачи: Совершенствовать навыки передачи – ловли мяча; воспитывать организованность, ответственность за свои действия перед командой.	Упражнения на закрепление. Подвижные игры: «Мяч водящему», «За мячом»
ОД № 12	Задачи: Развивать умение ведению мяча на месте, упражнять в передаче – ловле мяча, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве.	Обучение: Ведение мяча на месте и вокруг себя правой, левой рукой. Подвижная игра «За мячом»
ОД № 13	Задачи:	Закрепить: Ведение

	Закрепить умение ведения мяча на месте, учить передаче мяча одной рукой от плеча, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве.	мяча на месте, передача мяча одной рукой от плеча, П/и «Займи свободный кружок»
ОД № 14	Задачи: Закреплять ведение мяча на месте, учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах.	Обучение: прицеливаться при броске мяча в цель. Подвижная игра «У кого меньше мячей»
ОД № 15	Задачи: Формировать умение действовать с мячом, реагировать на сигнал.	Подвижные игры: «Играй, играй мяч не теряй», «Сбей кеглю», «Поймай мяч».
ОД № 16	Задачи: Формировать умение вести мяч, продвигаясь вперед. Совершенствовать навыки ловли — передачи мяча. Упражнять в умении быстро реагировать на сигналы.	Обучение: ведение мяча, продвигаясь вперед и не оглядываясь на него. Подвижная игра «Займи свободный кружок»
ОД № 17	Задачи: Формировать умение вести мяч, продвигаясь вперед, развивать ловкость и координацию движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения.	Обучение: ведение мяча на месте правой, левой рукой, меняя высоту его отскока. П/и: «Мотоциклисты», «Поймай мяч»
ОД № 18	Задачи: Закреплять у детей умение вести мяч по прямой, упражнять в ловле — передаче мяча. Способствовать развитию координации движений, ловкости.	Закрепить: ведение мяча правой, левой рукой, продвигаясь бегом. Подвижные игры: «Играй, играй, мяч не теряй», «Мяч водящему»
ОД № 19	Задачи: Развивать ловкость действий с мячом, совершенствовать ведение мяча в беге. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера.	Закрепить: ведение мяча по кругу друг за другом правой и левой рукой. Подвижная игра «Займи свой кружок»
ОД № 20	Задачи: Вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения.	Обучение: ведение мяча с изменением направления

	Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости.	передвижения. Подвижная игра «Мотоциклисты»
ОД № 21	Задачи: Упражнять детей в ведении, передаче и ловле мяча. Способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве на площадке.	Упражнять в ведение мяча с изменением направления передвижения Подвижные игры: «Займи свободный кружок», «Скажи, какой цвет»
ОД № 22	Задачи: Передавать мяч в движении, упражнять в ведении мяча; способствовать воспитанию выдержки, смелости, развитию глазомера.	Обучение: бросание мяча через сетку одной рукой от плеча. Подвижная игра «Ведение мяча парами»
ОД № 23	Задачи: Сочетать передачу и ведение мяча, способствовать развитию координации движений. Помогать друг другу, воспитывать дружелюбие.	Обучение: ведение и передача мяча друг другу. Подвижная игра «Мяч ловцу»
ОД № 24	Задачи: Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, применять разные сочетания действий с мячом в игре. Воспитывать смелость и решительность.	Подвижная игра «Мяч ловцу», Эстафета «Брось мяч в корзину», Подвижная игра «За мячом»
ОД № 25	Задачи: Закреплять навыки передачи, ловли и ведения мяча, упражнять детей в разных действиях. Способствовать развитию координации движений и ловкости, дружно играть. Быстро реагировать на зрительные сигналы.	Подвижные игры: «Успей поймать», «Ловишки с мячом», Игровое упражнение «Попади в ворота»
ОД № 26	Задачи: Совершенствовать передачу и ловлю мяча, учить бросать мяч в корзину. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.	Закрепить: бросание мяча обеими руками из-за головы вдаль и ловля его. Подвижная игра «Ловишка с мячом»

ОД № 27	Задачи: Совершенствовать навыки бросания и ловли мяча. Учить защитным действиям, развивать внимание и ориентировку в пространстве.	Эстафеты с ведением мяча. Закрепить: подбрасывание мяча вверх и ловля одной рукой.
ОД № 28	Задачи: Формировать у детей умение координировать действия с мячом между собой, размещаться по всей площадке, выйти на свободное место для получения мяча.	Обучение: ведение мяча и передача его в беге парами. Закрепление: ведение мяча и передача его в ходьбе парами. Подвижная игра «Мяч капитану»
ОД № 29	Задачи: Упражнять детей в разных действиях с мячом, формировать умения применять их в разных игровых ситуациях, познакомить детей с игрой в баскетбол. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве.	Обучение: броски мяча в корзину с места двумя руками от груди. Игра в баскетбол
ОД № 30	Задачи: Творчески применять действия с мячом, выбирать более соответствующие способы их выполнения. Познакомить с правилами игры в футбол.	Эстафеты с ведением мяча. Игра в баскетбол Подвижная игра «Попади в мяч»
ОД № 31	Задачи: Формировать навыки точного выполнения правил игры в футбол и ориентирования на площадке. Помогать друг другу в игре.	Игра в футбол. Подвижная игра «Гонка мячей по кругу»
ОД № 32	Задачи: Закрепить навык ведения мяча, двигаясь по кругу с заданием. Упражнять в передаче мяча двумя руками от груди и передаче мяча ногами.	Игра в футбол. Подвижная игра «Попади в цель»
ОД №33	Задачи: Совершенствовать ведение мяча в движении с заданием. Упражнять в подъеме мяча ногой после остановки.	Игра в футбол Подвижная игра «Сбей фигуру»
ОД №34	Задачи: Упражнять в прокатывании мяча в ворота.	Игра в футбол. Подвижная игра «Играй, играй мяч не

	Прием: «Один ребенок ведет мяч ногой, другой улавливает момент и вступает в борьбу за мяч».	теряй»
ОД №35	Задачи: Упражнять в забрасывании мяча в ворота ногами. Развивать глазомер, ловкость, равновесие	Игра в футбол. Подвижная игра «Поймай мяч»
ОД №36	Диагностика	

## Приложение № 2

### Календарный учебный график

№ п/п	Тема	Задачи	Количество часов	Дата проведения
1	Диагностика	Проверить уровень владения мячом	1	06.09.2023
2	Игровые упражнения с баскетбольным мячом	1. Передача мяча разными способами. 2. Ловля мяча в парах. 3. Передача друг другу мяча ногами.	1	13.09.2023
3	Поиграй с мячом	1. Углубить представление детей о методах закаливания организма спортсмена. 2. Проверить навыки в подбрасывании, ловле, перебрасывании, бросках и отбивании мяча. 3. Игры с мячом.	1	20.09.2023
4	Передвижение в игровой стойке	1. Совершенствовать технику передвижения в игровой стойке. 2. Закреплять умение самостоятельно принимать И.п. при ведении мяча. 3. Воспитывать смелость, самостоятельность.	1	27.09.2023

5	Перемещения приставным шагом	<p>1. Углубить представление детей о витамине Д для здоровья человека.</p> <p>2. Закреплять умение перемещаться приставным шагом с ведением мяча.</p> <p>3. Отрабатывать мягкую ловлю мяча двумя руками с хлопком.</p>	1	04.10.2023
6	Ловля и передача мяча	<p>1. Продолжить учить ловить мяч с полу отскока.</p> <p>2. Упражнять в передаче мяча с отскоком от пола.</p> <p>3. Воспитывать ловкость.</p>	1	11.10.2023
7	Ведение мяча	<p>1. Закреплять умение ведения мяча стоя на месте, двигаясь по прямой.</p> <p>2. Упражнять в броске мяча ногой в цель.</p> <p>3. Развивать глазомер, координацию движений.</p>	1	18.10.2023
8	Ведение с изменением направления, передача мяча	<p>1. Представление детей об овощах, стимулирующий рост человека (морковь).</p> <p>2. Закрепить навык ведения мяча, двигаясь по кругу с заданием.</p> <p>3. Упражнять в передаче мяча двумя руками от груди и передаче мяча ногами.</p>	1	25.10.2023
9	Техника владения мячом	<p>1. Представление детей о положительных эмоциях.</p> <p>2. Прием: «Один ребенок ведет мяч ногой, другой улавливает момент и вступает в борьбу за мяч».</p>	1	01.11.2023
10	Ведение мяча вокруг себя	<p>1. Совершенствовать ведение мяча в движении с заданием.</p> <p>2. Упражнять в подъеме мяча ногой после остановки.</p>	1	08.11.2023

11	Игровые упражнения футбольным мячом	<p>1. Представление детей о развитии силы.</p> <p>2. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с одного, двух, трех шагов.</p>	1	15.11.2023
12	Подачи мяча	<p>1. Представление о вредных вещах для нашего здоровья.</p> <p>2. Повторить передачи мяча одной рукой от плеча.</p> <p>3. Упражнять в прокатывании мяча в ворота.</p>	1	22.11.2023
13	Игровые упражнения с волейбольным мячом	<p>1. Передавать мяч в парах через сетку.</p> <p>2. Закрепить умение передавать мяч одной рукой от плеча и ловить двумя руками.</p> <p>3. Развивать чувство ритма, ловкость.</p>	1	29.11.2023
14	Перебрасывание мяча	<p>1. Упражнять в быстрой смене движений.</p> <p>2. Закреплять умение верхней передачи мяча через сетку.</p> <p>3. Развивать быстроту реакции, внимание.</p>	1	06.12.2023
15	Отбивание мяча	<p>1. Представление детей о развитии силы.</p> <p>2. Отбивать мяч одной рукой на месте и в движении с разными заданиями.</p>	1	13.12.2023
16	Отбивание мяча	<p>1. Отбивать мяч одной рукой в движении, забрасывать мяч в баскетбольную корзину двумя руками от груди.</p> <p>2. Упражнять в забрасывании мяча в ворота ногами.</p> <p>3. Развивать глазомер, ловкость, равновесие.</p>	1	20.12.2023

17	Забрасывание мяча	<p>1. Забрасывание мяча в баскетбольную корзину в движении одной рукой от плеча.</p> <p>2. Закрепить умение подбрасывать и мягко ловить мяч с разными заданиями.</p> <p>3. Развивать быстроту реакции, глазомер.</p>	1	27.12.2023
18	Перебрасывание мяча	<p>1. Передавать мяч двумя руками от груди в парах, в движении.</p> <p>2. Упражнять в верхней и нижней передаче мяча</p> <p>3. Развивать глазомер, ловкость, умение быть организованным.</p>	1	10.01.2024
19	Забрасывание мяча	<p>1. Закрепить технику забрасывания мяча в баскетбольную корзину с трех шагов.</p> <p>2. Упражнять в умении принимать правильное исходное положение при метании в вертикальную цель.</p> <p>3. Воспитывать организованность.</p>	1	17.01.2024
20	Броски мяча	<p>1. Закрепить технику броска одной рукой от плеча в движении.</p> <p>2. Отрабатывать навык ведения мяча по «8».</p> <p>3. Развивать ловкость, мышление.</p>	1	24.01.2024
21	Игровые упражнения с баскетбольным мячом	<p>1. Передача мяча разными способами.</p> <p>2. Ловля мяча в парах.</p> <p>3. Передача друг другу мяча через сетку.</p>	1	31.01.2024
22	Игровые упражнения с футбольным мячом	<p>1. Прием мяча ногой в парах</p> <p>2. Передача друг другу мяча ногами</p> <p>3. Развивать быстроту реакции</p>	1	07.02.2024

23	Перебрасывание мяча	<p>1. Учить регулировать силу броска при передаче мяча одной рукой и ловле двумя руками.</p> <p>2. Упражнять в передаче и приеме мяча ногами.</p> <p>3. Развивать глазомер, внимание, силу.</p>	1	14.02.2024
24	Перебрасывание мяча	<p>1. Продолжать учить принимать мяч в движении.</p> <p>2. Упражнять в умении быстро и точно передавать мяч партнеру.</p> <p>3. Развивать быстроту реакции, ловкость.</p>	1	21.02.2024
25	Перебрасывание мяча	<p>1. Закреплять умение ловко принимать мяч, быстро и точно передавать мяч партнеру.</p> <p>2. Отрабатывать мягкую ловлю мяча двумя руками с хлопком.</p> <p>3. Развивать меткость, ловкость, координационные способности.</p>	1	28.02.2024
26	Отбивание мяча	<p>1. Совершенствовать умение ловко отбивать мяч правой и левой рукой и ногой.</p> <p>2. Отрабатывать ведение мяча между ориентирами.</p> <p>3. Развивать умение быстро действовать по сигналу.</p>	1	06.03.2024
27	Школа мяча	<p>1. Принимать мяч из разных исходных положений.</p> <p>2. Закрепить технику броска по кольцу в движении.</p> <p>3. Воспитывать организованность.</p>	1	13.03.2024

28	Школа мяча	<p>1. Совершенствовать активные движения кистями рук при броске мяча.</p> <p>2. Закреплять умение занимать правильное исходное положение при работе с мячом.</p> <p>3. Развивать координационные способности.</p>	1	20.03.2024
29	Веселый мяч	<p>1. Совершенствовать умение передавать мяч верхней и нижней передачей.</p> <p>2. Проверить скоростную выносливость.</p>	1	27.03.2024
30	Перебрасывание и забрасывание мяча	<p>1. Совершенствовать умение принимать правильное исходное положение при забрасывании мяча.</p> <p>2. Проверить навыки в передаче мяча, ведении мяча по «8»</p>	1	03.04.2024
31	Техника передвижения	<p>1. Совершенствовать умение передачи мяча в движении.</p> <p>2. Упражнять передвижению разным способом.</p>	1	10.04.2024
32	Подвижные игры	Развивать быстроту, ловкость, скоростную выносливость.	1	17.04.2024
33	Школа мяча	Игра в мини футбол.	1	24.04.2024
34	Школа мяча	Игра в баскетбол по упрощённым правилам.	1	08.05.2024
35	Школа мяча	Игра в волейбол по упрощенным правилам.	1	15.05.2024
36	Диагностика	<p>1. Проверить навыки броска мяча, количество попаданий мяча.</p> <p>2. Выявить уровень физической подготовленности детей</p> <p>3. Воспитывать целеустремленность</p>	1	22.05.2024
	Итого		36	