

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 163

620042, г. Екатеринбург, ул. Ломоносова, 21А, тел.: (343) 300-15-40(41)
620088, г. Екатеринбург, ул. Кировградская, 31, тел./ факс: (343) 300-66-56
официальный сайт: www.163.tvoysadik.ru e-mail: mdou163@eduekb.ru

Принято
Педагогическим советом
Протокол № 1
от «29»
августа 2023 г.



Утверждено
Заведующий МАДОУ детский сад № 163
И.А. Музипова
Приказ № 55
от «01» сентября 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ШКОЛА МЯЧА»**

Возраст обучающихся – 5-7(8) лет
Срок реализации программы – 1 год

Составитель:
Кругляков Игорь Олегович,
тренер в области физической культуры и спорта

г. Екатеринбург, 2023 год

Содержание программы

<u>Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы</u>	
1.1. <u>Пояснительная записка</u>	
1.2. <u>Цель и задачи программы</u>	
1.3. <u>Учебный план</u>	
1.4. <u>Содержание программы</u>	
1.5. <u>Планируемые результаты</u>	
<u>Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий</u>	
2.1. <u>Календарный учебный график</u>	
2.2. <u>Условия реализации программы</u>	
2.3. <u>Формы аттестации</u>	
2.4. <u>Методические материалы</u>	
<u>Список литературы</u>	

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Вид программы - дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (далее программа).

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы - физкультурно-спортивная.

Программа «Школа мяча» предназначена для детей старшего дошкольного возраста (от 5 до 7(8) лет). Программа позволяет системно формировать, развивать, у дошкольников технические и тактические навыки владения мячом через игровые упражнения, подвижные игры с элементами спорта и направлена на укрепление опорно-двигательного аппарата, на улучшение физического развития, физической подготовленности детей, развитию ловкости, координации, глазомера, согласованности движений, воспитанию морально-волевых качеств.

Актуальность программы

Программа «Школа мяча» составлена с учетом нормативных документов:

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
3. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196»;
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2,4 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (далее – СанПиН)»;
7. Письмо Минобрнауки России № 09-3442 от 18.11.15 «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
8. Приказ от 26.06.2019 № 70-Д «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонализированного финансирования дополнительного образования детей в Свердловской области»;
9. Устав МАДОУ детский сад № 163;
10. Положение о порядке и условиях предоставления платных образовательных услуг МАДОУ детский сад № 163.

Последние социологические исследования выявили, что одними из самых популярных видов спорта являются игровые виды спорта. Технические приемы, тактические действия и особенно игра с мячом таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. Исследователи игровой деятельности подчеркивают уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, большое значение имеет двигательная активность - естественная потребность в движении, которая оказывает благоприятное воздействие на формирование организма. При недостатке ее возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Мяч - это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания. Упражнения в бросании, катании, ведении мяча способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку, формируют умения действовать с мячом, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилие с расстоянием, развивают выразительность движений. Занимаясь с мячами различного веса и объема, развиваются не только крупные мышцы, но и мелкие. Увеличивается подвижность в суставах пальцев и кистей, голени и стопы, усиливается кровообращение. При систематическом обучении дети без проблем совершают сложные координированные движения, начинают логически осмысливать свои действия, значительно улучшаются навыки владения мячом: свободно держать, передавать, бросать, вести мяч, следить за ним. Кроме того, правильно подобранные упражнения с мячом могут способствовать выработке таких психологических качеств, как внимательность, инициативность, целеустремленность.

Особый интерес представляет использование игрового метода и упражнений из арсенала спортивных игр в системе физического воспитания детей старших и подготовительных групп в дошкольных образовательных учреждениях. Физкультурные занятия, построенные на использовании элементов спортивных игр и упражнений, в значительной степени способствуют повышению уровня физической подготовленности, физическому и психическому развитию, вызывают повышенный интерес к занятиям двигательной деятельностью у дошкольников.

В настоящее время для всестороннего развития личности ребенка первостепенное значение имеют:

- забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном развитии каждого ребенка;
- максимальное использование разнообразных видов деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
- творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса;
- вариативность использования образовательного материала;
- единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольной образовательной организации и семьи.

Исходя из выше сказанного, в основу программы «Школа мяча» положены следующие **подходы**:

- развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребенка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности, что соответствует научной «Концепции дошкольного воспитания» (авторы В. В. Давыдов, В. А. Петровский и др.) о признании самоценности дошкольного периода детства;
- программа построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребенку и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также способностей и интегративных качеств;
- особая роль в программе уделяется игровой деятельности как ведущей в дошкольном детстве (А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, Д. Б. Эльконин и др.)

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку.

Упражнения с мячами 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.

Игры с мячом пользуются у детей наибольшей популярностью, и это неудивительно. Мяч (большой или маленький) - это снаряд, который требует проворных рук и повышенного внимания. Способы упражнений с мячом разнообразны. Мяч можно перебрасывать, надо уметь его ловить, мячом можно «пятнать», выбивать. Для детей мяч - это круглый, легкий, упругий, привлекательный снаряд, который символизирует приобщение к спортивным играм: волейболу, баскетболу, футболу. В мяч играют в помещении и на улице. В игре принимает участие различное количество детей. Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры.

Упражнения в бросании, катании, отбивании мячей 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.

Систематические игры и упражнения с мячом будут активно влиять на совершенствование психических процессов: силы, уравновешенности, подвижности. Совместное выполнение упражнений с мячом (в парах, втроем, в кругу) - прекрасная школа приобщения ребенка к коллективу. В играх, которые проводятся в команде, он учится слаженно работать с партнерами.

В связи с вышесказанным, **актуальность** программы в настоящее время очевидна, т.к. именно в двигательной активности наиболее комфортно и привлекательно происходит целостное развитие личности ребенка, укрепление его психического и физического здоровья, раскрытие личностного потенциала и приобщение к здоровому образу жизни.

Новизна программы заключается в разработанной системе занятий с учетом особенностей психомоторного развития дошкольников, реального уровня их физической подготовленности. Игры и эстафеты, подвижные игры с мячом дают возможность каждому ребенку познакомиться с элементами спорта, почувствовать важность участия в совместных действиях, помощи друг другу для достижения результата и успеха, то есть приобщают детей к универсальным ценностям человеческой жизни, доброте, коллективизму, взаимопомощи. Особое внимание в программе уделяется формированию двигательных навыков и закреплению на основе высокой степени повторяемости и оптимальной последовательности способам владения мячом: ведение, броски, передачи, обманные движения и прочее.

Отличительной особенностью данной программы является то, что «Школа мяча» представляет собой систему, позволяющую научить ребенка свободно владеть мячом, передвигаться с ним по площадке в различных направлениях, развитие скоростных качеств, преодоление контакта с противником и создание условий для завершающего броска по кольцу.

Адресат программы

Учебная программа является основным документом, определяющим направление и содержание работы направления. В «Школу мяча» принимаются обучающиеся старшего (5-6 лет) и подготовительного к школе возраста (6-7(8) лет) в начале учебного года. При наличии организационно-педагогических условий возможен добор обучающихся в группу в течение учебного года.

Возрастные особенности психофизического развития детей данного возраста

Характеристика физического развития детей 5-6 лет (старшая возрастная группа)	Характеристика физического развития детей 6 -7(8) лет (подготовительная к школе возрастная группа)
На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными. Это позволяет повысить требование к их выполнению, большее	Всю работу по физическому воспитанию в подготовительной группе необходимо организовать так, чтобы сформировать у детей потребность

<p>внимание уделять развитию психофизических качеств, дружеских взаимоотношений.</p> <p>Приемами обучения служат показ и объяснение. Однако обогащение двигательного опыта детей позволяет чаще применять объяснение без наглядного сопровождения или показ только отдельных элементов упражнения. Желательно, чтобы в течение года в показе упражнений приняли участие все дети.</p> <p>Правильный образец, объяснение, точные указания и команды способствуют успешному усвоению программного материала, сохранению бодрого настроения, увеличению двигательной активности.</p> <p>Для повышения моторной плотности занятия необходимо использовать разнообразные способы организации детей: подгрупповой, поточный, фронтальный, индивидуальный.</p> <p>При обучении строевым упражнениям особое внимание следует обращать на совершенствование умения быстро ориентироваться в пространстве и действовать в соответствии с командами: строиться в колонну по одному, в шеренгу по росту, в пары, в круг; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо; делать повороты направо, налево, кругом на месте и в движении, равняться, размыкаться.</p> <p>В старшей группе на каждом занятии дети выполняют шесть-восемь общеразвивающих упражнений из разных положений по пять-восемь раз. Общеразвивающие упражнения должны выполняться согласованно.</p> <p>Новое упражнение следует назвать, показать, сопровождая показ объяснениями. На этапе закрепления и совершенствования движений можно использовать музыку.</p> <p>Детей необходимо приучать выполнять все виды ходьбы четко, ритмично, с правильной осанкой и координацией. При ходьбе на носках ребёнок должен двигаться выпрямившись, чуть сгибая ноги в коленях; при ходьбе на пятках, на внешней стороне стопы двигаться ритмично, в общем темпе, стараясь выпрямиться.</p> <p>При обычном беге ногу ставят на пятку с перекатом на всю ступню и дальнейшем переходом на носок. Обычный бег должен длиться 35-40 секунд в</p>	<p>заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.</p> <p>На каждом физкультурном занятии необходимо четко ставить перед детьми задачу, дать возможность осмыслить её, объяснить ход и способы выполнения задания. В процессе обучения используются объяснения, показ новых сложных упражнений, отдельных элементов. В упражнения и игры целесообразно включать элементы соревнования. Это стимулирует проявление двигательных способностей, способствует совершенствованию двигательных умений и навыков.</p> <p>На седьмом году жизни дети должны самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо, в две шеренги, в несколько кругов; равняться; производить размыкание и смыкание; производить расчет на первый-второй.</p> <p>Воспитатель использует все приемы, развивающие осмысленное выполнение упражнений: команды, объяснения, указания, зрительные ориентиры, элементы соревнования.</p> <p>На одном занятии дети выполняют восемь-десять общеобразовательных упражнений из разных исходных положений, повторяя их шесть-восемь раз преимущественно в среднем и быстром темпе в зависимости от степени новизны и трудности. Необходимо продолжать учить детей правильно принимать исходное положение, точно соблюдать промежуточные и конечные положения, согласовывать ритм дыхания с характером упражнения, добиваться завершенности движений, их выразительности, красоты.</p> <p>Дети совершенствуют технику ходьбы с разным положением рук. Для развития скорости бега используются элементы соревнований, подвижные игры, повторный бег на расстояние 20-30 м с небольшой паузой и возвращением к старту спокойным шагом, а также бег на такую же дистанцию с постепенным ускорением. В беге на скорость нужно формировать умение ставить ногу вначале на носок. Упражняя детей в медленном беге, их учат эластично ставить ногу, активно действовать руками.</p> <p>При прыжках в длину с места отрабатывается техника: перед прыжком</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

чередовании с ходьбой. Дозировка непрерывного бега в медленном темпе с 1,5 минут увеличивается до 2 минут.

Непрерывный бег на носках с высоким подниманием коленей продолжается 10-20 секунд и повторяется два-три раза в чередовании с ходьбой. Интерес к бегу поддерживают с помощью игровых приемов.

Ребенок шестого года жизни должен выполнять прыжки на двух ногах ритмично, с разнообразными движениями рук. Дети учатся прыгать через скакалку разными способами: на двух ногах, с ноги на ногу, вперед и назад. Дети учатся прыжкам с высоты (40см), в длину и вверх с места. При прыжках в длину закрепляется умение энергично отталкиваться двумя ногами, правильно приземляться, сохраняя равновесие, делать взмах руками во время отталкивания и выносить ноги вперед при полёте. Прыгая в длину с разбега, важно научить не останавливаться и не замедлять разбег перед отталкиванием одной ногой, приземляться на пятки с последующим перекатом на всю ступню, сгибая ноги в коленях, сохраняя равновесие.

В прыжках в высоту с разбега детей учат сочетать разбег и толчок, выполнять толчок одной ногой, мягко, эластично приземляться на носки с последующим перекатом на всю ступню (ноги согнуты, руки вперед. Приемами обучения детей прыжкам в высоту с разбега служат: наглядный образец, объяснение, поощрение, зрительные ориентиры с обязательной страховкой.

Обучая детей приёмам катания мяча, воспитатель формирует умение дифференцировать свои усилия в зависимости от заданного расстояния; при этом он использует ориентиры.

При отбивании мяча об пол, стоя на месте или в движении, мяч отбивают справа от носка правой ноги или слева от носка левой ноги, чтобы не задеть его при ходьбе. При обучении метанию в цель необходимо: принять правильное исходное положение, прицелиться, замахнуться. Вначале следует продемонстрировать это движение в целом, затем с акцентом на выполнении его элементов. Метание в цель и на дальность производится разными способами: из-за спины через плечо, прямо рукой сверху, прямо рукой снизу, прямо рукой с боку.

ноги слегка расставлены, согнуты в коленях; энергичное движение рук в момент отталкивания и вынос обеих ног вперед как можно дальше. Для увеличения дальности прыжка используются зрительные ориентиры. При обучении прыжкам в длину отрабатываются разбег с ускорением, энергичное отталкивание маховой ногой с резким: взмахом рук, правильное приземление с сохранением равновесия. Необходимо учить детей разбегаться с отталкиванием слитно, без остановки, выполнять полет, группироваться, подтягивая обе ноги, выносить ноги вперед и приземляться перекатом с пятки на всю стопу, руки вперед, слегка в стороны. Также проводятся разнообразные прыжки со скакалкой.

Продолжать формировать умение бросать и ловить мяч из разных положений, выполнять бросок набивных мячей разными способами: снизу, от груди, из-за головы.

Обучая детей метанию на дальность, воспитатель напоминает исходное положение, замах, энергичный бросок - активизируя движение кисти и выпрямляя руку.

Для формирования чувства равновесия выполняются: приседания, прыжки на одной ноге, резкое изменение направления бега. Продолжается работа по формированию статического равновесия.

<p>В старшей группе ползание и лазание усложняются. Вводится ползание на четвереньках с толканием мяча головой, под дугами, змейкой, с преодолением препятствия, лазание по гимнастической стенке одноименным и разноименным способами, пролезание в обруч разными способами (сверху, снизу, прямо, боком). Все виды упражнений на равновесие требуют от ребёнка сосредоточенности, внимания, волевых усилий. Здесь целесообразно использовать природные условия.</p>	
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Объем и срок освоения программы

Программа занятий рассчитана на 1 год.

Количество учебных недель: 36 недель.

Режим проведения занятий: 2 раза в неделю.

Продолжительность занятий: 25 мин - для обучающихся старшей возрастной группы (5-6 лет); 30 мин - для обучающихся подготовительной к школе возрастной группы (6-7(8) лет).

Форма обучения: очная, групповая.

Язык обучения: русский

Численность детей в группе составляет не более 20 человек.

Формы занятий - групповая совместная деятельность.

Варианты проведения занятий:

- занятия-упражнения с мячами;
- занятия, состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности;
- занятия-тренировки;
- ритмическая гимнастика;
- занятия-соревнования, эстафеты;
- занятия - зачеты;
- самостоятельные занятия;
- занятия серии «Здоровье».

Варианты проведения занятий интегрируются.

Способы организации детей:

фронтальный, поточный, сменный, групповой и индивидуальный.

Организация условий:

- спортивный зал;
- пособия и игрушки соответствуют по устройству, размерам и весу возрасту детей, их подготовленности, обеспечивается безопасность;
- обучающиеся в спортивной одежде и обуви;
- педагог в спортивной форме.

Спортивное оборудование

основное: мячи резиновые разного диаметра, мячи волейбольные, мячи надувные, набивные; дополнительное: мишени, дуги, кольца баскетбольные, веревка (сетка) волейбольная, кегли, скамейки гимнастические.

Дидактические принципы:

сознательность, активность, систематичность и последовательность, доступность и прочность, наглядность.

Методы, используемые на занятиях:

- словесные (объяснение упражнения, указание, распоряжение и команда, рассказ, беседа);
- наглядные (показ, имитация, звуковые и зрительные ориентиры, использование наглядных пособий);
- практические (упражнения, конкретные задания, игровые приемы, поддержка и помощь,

соревнования).

Структура занятия «Школа мяча»

1. Вводная часть: ходьба, бег
2. Основная часть:
 - 2.1. разминка под музыку
 - 2.2. обучение движениям с мячом
 - 2.3. дыхательное упражнение
 - 2.4. подвижная игра
3. Заключительная часть:
 - 3.1. релаксация

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы «Школа мяча» - гармоничное развитие личности ребенка в процессе ознакомления с элементами спортивных игр с мячом.

Задачи программы

Обучающие:

1. Учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила;
2. Содействовать активному использованию полученных знаний в процессе игры.
3. Формировать устойчивый интерес детей к спортивным играм

Развивающие:

1. Формировать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину, умение применять их в игровой ситуации и использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
2. Развивать умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры;
3. Развивать точность, координацию движений, двигательную реакцию детей.

Воспитательные:

1. Воспитывать у дошкольников нравственные качества.
2. Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях;
3. Формировать навыки здорового образа жизни.

1.3. Учебный план

№	Содержание упражнений	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7(8) лет)	Старшая группа (5-6 лет)			Подготовительная группа (6-7(8) лет)		
		Количество занятий		Количество часов			Количество часов		
				теория (мин.)	практика (мин.)	Всего (мин)	теория (мин.)	практика (мин.)	Всего (мин)
1.	Катаем и бросаем мяч руками	19	15	95	380	475	75	375	450
2.	Отбиваем мяч	15	15	75	300	375	75	375	450
3.	Метаем, забрасываем	17	19	85	340	425	95	475	570
4.	Прокатываем мяч ногами.	7	7	35	140	175	35	175	210
5.	Ритмическая гимнастика с мячами	7	7	35	140	175	35	175	210
6.	Самостоятельные игры с мячами	7	9	-	175	175	-	270	270
	Итого:	72	72	325	1475	1800	315	1845	2160

1.4. Содержание программы

Старшая группа (5-6 лет)		
Занятия		Цели
<p>Сентябрь <i>1. Катаем и бросаем мяч.</i> 1-2. Катание мяча, шарика с попаданием в предметы (кегли), катание «змейкой» между предметами.</p>	<p><i>Подвижные игры: Прокати и попади. Сбей городок Мяч сквозь обруч.</i></p>	<p>Закреплять навыки катания мячей. Обучать действовать с мячом в соответствии с направлением и расстоянием расположенных предметов. Развивать глазомер. В самостоятельных играх соблюдать правила, очередность. Воспитывать интерес к результату деятельности. Выполнять более сложные задания- прокатить мяч «змейкой» между предметами. Ознакомить со способами действий с мячами. Применять атрибуты и предметы для упражнений и игр с мячами. Активно участвовать в играх. Действовать парами, колонной, по кругу.</p>
<p>3-4. Катание мяча, шарика с попаданием в предметы (кегли), катание «змейкой» между предметами.</p>		
<p>5-6. Катание мяча, шарика с попаданием в предметы (кегли), катание «змейкой» между предметами.</p>		
<p>7-8. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками</p>		
<p>Октябрь 1-2. Катание мяча, шарика с попаданием в предметы (кегли), катание «змейкой» между предметами.</p>		
<p>3-4. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками</p>		
<p>5-6. Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.</p>		
<p>7-8. Самостоятельные игры и упражнения</p>	<p><i>Мяч среднему Ловкая пара Ловишки с мячом Игры-эстафеты</i></p>	<p>Развитие внимания, реакции: следить за направлением летящего мяча, правильно рассчитывать и выполнять движение. Обучать приемами игры с мячом.</p>
<p>Ноябрь 1-2. Бросание мяча друг другу с хлопком.</p>		
<p>3-4. Бросание мяча друг другу и ловля из положения сидя.</p>		
<p>5-6. Бросание мяча друг другу и ловля с поворотом кругом.</p>		
<p>7-8. Ритмическая гимнастика</p>	<p><i>Мяч на ступеньках Попади в цель Мяч водящему</i></p>	<p>Сочетать упражнения с ходьбой. Действовать как правой, так и левой рукой. Выполнять движения с мячом одновременно. Обучать метанию вдаль и цель (исходное положение ног, замах).</p>
<p>Декабрь 1-2. Бросание мяча друг другу и ловля с отскоком от земли.</p>		
<p>3-4. Бросание мяча друг другу и ловля в движении.</p>		
<p><i>Отбиваем мяч.</i> 5-6. Отбивать мяч о землю двумя руками стоя на месте.</p>		
<p>7-8. Самостоятельные игры с мячами.</p>	<p><i>Догони мяч Кати в цель</i></p>	<p>Привлекать к участию в играх с элементами баскетбола, волейбола, футбола.</p>
<p>Январь 1-2. Отбивать мяч о землю двумя руками, продвигаясь вперед шагом в прямом направлении.</p>		
<p>3-4. Отбивать мяч о землю одной рукой (правой и левой), продвигаясь вперед.</p>	<p><i>Брось-догони Подвижная мишень Быстрый</i></p>	
<p>Февраль 1-2. Отбивать мяч о стенку с хлопком, поворотом, отскоком от земли.</p>		
<p><i>Метаем.</i></p>		

3-4.Метание в горизонтальную цель снизу правой и левой рукой с расстояния 3-4 м.	<i>мячик Игры-эстафеты</i>	
5-6.Метание в вертикальную цель (центр которой на высоте 2м от земли) правой и левой рукой.		
7-8. Метание в вертикальную цель.		
Март 1-2.Метание вдаль мячей разного веса правой и левой рукой.	<i>Не упусти шарик Мяч о пол Сбей мяч Игры-эстафеты</i>	
3-4.Забрасывание мяча в горизонтальную цель.		
5-6.Бросание двумя руками набивного мяча.		
7-8.Ритмическая гимнастика		
Апрель 1-2.Бросание мяча в баскетбольную корзину.	<i>Ловля мячей скачками Ловкая пара Попади в ворота</i>	
Прокатываем ногами. 3-4.Прокатывание мяча ногой.		
5-6. Прокатывание мяча ногой.		
7-8. Прокатывание мяча ногой между предметами.		
Май 1-2. Прокатывание мяча ногой между предметами.	<i>Ловля мячей скачками Ловкая пара Попади в ворота</i>	
3-4. Прокатывание мяча ногой между предметами.		
5-6. Самостоятельные игры с мячами. Веселые соревнования (итоги)		

Подготовительная группа (6-7(8) лет)		
Занятия		Цели
Сентябрь <i>1.Катаем и бросаем мяч.</i> 1-2. Катание в заданном направлении. Бросание мяча вверх и ловля двумя руками.	<i>Подвижные игры: Точный удар. Не упусти мяч Полоса препятствий</i>	Закрепить правильные способы выполнения детьми катания, бросания и ловли, метания в цель и вдаль. Воспитывать самостоятельность в действии с мячом.
3-4. Бросание мяча вверх и ловля одной рукой.		
5-6. Бросание мяча друг другу с хлопком, с поворотом, с отскоком от земли, в косом направлении.		
7-8. Самостоятельные игры и упражнения.		
Октябрь 1-2. Катание в заданном направлении. Бросание мяча вверх и ловля двумя руками.	<i>Подвижные игры: Точный удар. Не упусти мяч Полоса препятствий</i>	Выполнять более сложные задания: бросать и ловить в разных положениях. Действовать с набивным мячом: бросок двумя руками разными способами. Выполнять усложненные задания по
3-4. Бросание мяча вверх и ловля одной рукой.		
5-6. Бросание мяча друг другу с хлопком, с поворотом, с отскоком от земли, в косом направлении.		
7-8. Самостоятельные игры и упражнения.		
Ноябрь 1-2. Бросание мяча друг другу в разных положениях: стоя лицом и спиной, стоя на	<i>Передача Сбей обруч. Брось-поймай</i>	

колених, сидя по-турецки, лежа.	<i>Игры-эстафеты</i>	отбиванию мяча о землю двумя и одной рукой. Закреплять умения управлять движением мяча, мягко отталкивать его пальцами рук, ударять о землю сбоку от ноги. Обучать ведению мяча правой и левой рукой. Выполнять движения с усложненными заданиями: ограниченные линии, зигзагом между предметами, вокруг обруча. Развивать быстроту выполнения движений. Обучать сочетать ведение мяча с забрасываем в баскетбольную корзину. Точно выполнять метание в цель. Закреплять навыки бросания и метания в играх. Учить придумывать интересные способы отбивания и ловли мяча.
3-4. Катание друг другу набивного мяча.		
5-6. Бросание набивного мяча вперед снизу, от груди, через голову назад.		
7-8. Ритмическая гимнастика		
Декабрь <i>Отбиваем мяч.</i> 1-2. Отбивание мяча о землю поочередно одной и другой рукой несколько раз подряд.	<i>Кто быстрее Поймай мяч Играй, играй, мяч не теряй! Игры с элементами баскетбола.</i>	отбиванию мяча о землю двумя и одной рукой. Закреплять умения управлять движением мяча, мягко отталкивать его пальцами рук, ударять о землю сбоку от ноги. Обучать ведению мяча правой и левой рукой. Выполнять движения с усложненными заданиями: ограниченные линии, зигзагом между предметами, вокруг обруча. Развивать быстроту выполнения движений. Обучать сочетать ведение мяча с забрасываем в баскетбольную корзину. Точно выполнять метание в цель. Закреплять навыки бросания и метания в играх. Учить придумывать интересные способы отбивания и ловли мяча.
3-4. Отбивать мяч о землю двумя руками, продвигаясь бегом.		
5-6. Отбивать мяч о землю одной рукой, продвигаясь вперед в одном направлении.		
7-8. Самостоятельные игры с мячами.		
Январь 1-2. Отбивать мяч о землю, продвигаясь по кругу.	<i>Проведи мяч. Быстрый мяч.</i>	отбиванию мяча о землю двумя и одной рукой. Закреплять умения управлять движением мяча, мягко отталкивать его пальцами рук, ударять о землю сбоку от ноги. Обучать ведению мяча правой и левой рукой. Выполнять движения с усложненными заданиями: ограниченные линии, зигзагом между предметами, вокруг обруча. Развивать быстроту выполнения движений. Обучать сочетать ведение мяча с забрасываем в баскетбольную корзину. Точно выполнять метание в цель. Закреплять навыки бросания и метания в играх. Учить придумывать интересные способы отбивания и ловли мяча.
3-4. Отбивать мяч о землю, двигаясь «змейкой».		
Февраль <i>Метаем</i> 1-2. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 4-5м.	<i>Мишень-корзинка. Волейбол с воздушными шарами. Волейбол с воздушными шарами. Игры-эстафеты</i>	отбиванию мяча о землю двумя и одной рукой. Закреплять умения управлять движением мяча, мягко отталкивать его пальцами рук, ударять о землю сбоку от ноги. Обучать ведению мяча правой и левой рукой. Выполнять движения с усложненными заданиями: ограниченные линии, зигзагом между предметами, вокруг обруча. Развивать быстроту выполнения движений. Обучать сочетать ведение мяча с забрасываем в баскетбольную корзину. Точно выполнять метание в цель. Закреплять навыки бросания и метания в играх. Учить придумывать интересные способы отбивания и ловли мяча.
3-4. Метание вдаль на расстояние 6-12 м правой и левой рукой.		
5-6. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой.		
7-8. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой		
Март 1-2. Метание в движущуюся цель правой и левой рукой.	<i>Попади в цель Горизонтальная мишень. Выстрел в небо Игры-эстафеты</i>	отбиванию мяча о землю двумя и одной рукой. Закреплять умения управлять движением мяча, мягко отталкивать его пальцами рук, ударять о землю сбоку от ноги. Обучать ведению мяча правой и левой рукой. Выполнять движения с усложненными заданиями: ограниченные линии, зигзагом между предметами, вокруг обруча. Развивать быстроту выполнения движений. Обучать сочетать ведение мяча с забрасываем в баскетбольную корзину. Точно выполнять метание в цель. Закреплять навыки бросания и метания в играх. Учить придумывать интересные способы отбивания и ловли мяча.
3-4. Метание вдаль с нескольких шагов.		
5-6. Забрасывание мяча в баскетбольную корзину.		
7-8. Ритмическая гимнастика		
Апрель 1-2. Отбивание мяча через веревку (сетку), элементы баскетбола.	<i>Игры с клюшкой Мы футболисты. Игры с элементами футбола.</i>	отбиванию мяча о землю двумя и одной рукой. Закреплять умения управлять движением мяча, мягко отталкивать его пальцами рук, ударять о землю сбоку от ноги. Обучать ведению мяча правой и левой рукой. Выполнять движения с усложненными заданиями: ограниченные линии, зигзагом между предметами, вокруг обруча. Развивать быстроту выполнения движений. Обучать сочетать ведение мяча с забрасываем в баскетбольную корзину. Точно выполнять метание в цель. Закреплять навыки бросания и метания в играх. Учить придумывать интересные способы отбивания и ловли мяча.
<i>Прокатываем ногами.</i> 3-4. Прокатывание мяча ногами.		
5-6. Прокатывание мяча ногами.		
7-8. Прокатывание мяча ногой, попадание в ворота		
Май 1-2. Прокатывание мяча ногой между предметами	<i>Игры с клюшкой Мы футболисты. Игры с элементами футбола.</i>	отбиванию мяча о землю двумя и одной рукой. Закреплять умения управлять движением мяча, мягко отталкивать его пальцами рук, ударять о землю сбоку от ноги. Обучать ведению мяча правой и левой рукой. Выполнять движения с усложненными заданиями: ограниченные линии, зигзагом между предметами, вокруг обруча. Развивать быстроту выполнения движений. Обучать сочетать ведение мяча с забрасываем в баскетбольную корзину. Точно выполнять метание в цель. Закреплять навыки бросания и метания в играх. Учить придумывать интересные способы отбивания и ловли мяча.
3-4. Прокатывание мяча ногой, попадание в ворота.		
5-6. Самостоятельные игры с мячами. Веселые соревнования (итоги)		

Условия для эффективности проведения занятий:

– построение занятий в соответствии с задачами на данный период, основными

физиологическими принципами и уровнем подготовленности детей;

- использование разнообразных методических приемов и способов организации детей
- последовательность при обучении детей движениям, подбор и сочетание нового материала с повторением и закреплением усвоенного, распределение физической нагрузки на детский организм на протяжении всего занятия;
- развитие у детей физических и нравственно-волевых качеств личности;
- использование разнообразного спортивного инвентаря, музыкального сопровождения, повышающих эмоциональное состояние и активность детей при выполнении упражнений

1.5. Планируемые результаты

Результативностью реализации программы следует считать устойчивый интерес обучающегося к занятиям физической культурой, спортом, к здоровому образу жизни, освоение им основных приемов игры с разными видами мячей, в различные игры, связанные с подачей и приемом мяча.

По окончании обучения у детей может развиваться интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, волейбол, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол). Таким образом, программа «Школа мяча» обеспечивает достижения воспитанниками готовности к школе.

Предполагаемые результаты по реализации программы:

1. Обучающиеся овладели техникой действий с разными мячами.
2. Сформированы новые двигательные навыки: ведения мяча разными способами, забрасывание мяча в корзину, бег с ввертыванием при ведении мяча, блокировка, ведение мяча с бегом в разном темпе.
3. Сформированы умения сотрудничества: дети умеют играть в команде для достижения общей цели, адекватно оценивать результаты игры, своих действий.
4. Наблюдается повышение интереса детей к физической культуре, а именно, к спортивным играм в целом.
5. Отмечается познавательное развитие дошкольников в области знаний о спортивных играх с мячом, их истории возникновения, правилах и элементах техники игр.
6. Укрепление здоровья детей, повышение уровня двигательной активности, формирование двигательных умений и навыков, укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях.
7. Умение чувствовать себя комфортно в большом коллективе, умение владеть мячом на достаточно высоком уровне.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Содержание	Возрастные группы	
	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 (8) лет)
Начало образовательного периода	01.09.2021	01.09.2021
Окончание образовательного периода	31.05.2022	31.05.2022
Продолжительность образовательного периода, всего, в том числе:	36 недель	36 недель
1 полугодие	18 недель	18 недель
2 полугодие	18 недель	18 недель
Продолжительность НОД	не более 25 минут	не более 30 минут

Количество ОД по ДОП в неделю	2	2
Объем недельной образовательной нагрузки (ООД) в том числе	50 мин	60 мин
Итого в год	1800	2160

Старшая группа (5-6 лет)

№	месяц	Кол уч. час	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
1-2	Окт 1 нед	2	Откуда пришел баскетбол? «Мяч об пол».	Беседа Тренировка	Наблюдение
3-6	Окт 2,3 нед	4	Сочетание передачи – ловли, ведения и бросков мяча в корзину. Основная стойка баскетболиста, передача мяча в парах, в группе. «Зайчик». Передача по кругу через центр. «Мотоциклисты»	Тренировка Игра	Наблюдение
7-8	Окт. 4 нед	2	«Передача мяча волной». Отбивание мяча.	Упражнения в отбивании мяча	Наблюдение
9 - 12	Ноябрь 1,2 нед	4	«Играй, играй, мяч не теряй». «Отбивание мяча и ловля о стенку»	Основная стойка баскетболиста, ведение мяча на месте правой и левой рукой. Передача мяча.	Наблюдение
13- 16	Ноябрь 3,4 нед	4	«Мяч водящему» «Зайчик».	Передача мяча в парах	Наблюдение
17- 22	Декаб. 1,2,3 нед.	6	«Снайперы». «Играй, играй мячу упасть не давай». «Мяч сквозь обруч».	Ведение мяча. Отбивание мяча о стену от плеча одной рукой и ловля его.	Срезы согласно нормативам
23, 24	Декаб. 4 нед.	2	«Передачи по кругу через центр».	Ведение мяча на месте.	Срезы согласно нормативам
25- 30	Январь 2, 3, 4 нед.	6	«Сбей грушу». «Эстафета с ведением мяча». «Не упусти шарик».	Ведение мяча в движении. Работа с карточками.	Срезы согласно нормативам
31- 36	Февраль 1, 2, 3 нед.	6	«Передачи по кругу через центр». «Эстафета с ведением мяча». «Мяч вдогонку».	Ведение мяча в условиях соревнований	Судейство
37, 38	Февраль 4 нед.	2	«Мотоциклисты».	Подвижная игра	Наблюдение
39- 44	Март 1,2,3 нед.	6	«10 передач» «Ведение мяча по прямой». «Ловкая пара».	Передачи в движении	Судейство
45, 46	Март 4 нед	2	«Передай - не роняй»	Подвижная игра с мячом	Наблюдение
47- 52	Апр 1,2,3 нед	6	«Поймай – поведи – забей в кольцо». Упражняться с мячом. «5 бросков» «Метко в кольцо».	Подвижная игра с элемента ми техники броска	Наблюдение
53, 54	Апр 4 нед	2	«День и ночь».	Учебная игра	Срезы согласно нормативам

55-60	Май 1,2,3 нед	6	«Играй, играй мяч не теряй» «Эстафета с ведением мяча». «Баскетбол».	Мини-баскетбол, учебная игра	Срезы согласно нормативам
61, 62	Май 4 нед	2	«Мяч через сетку».	Тренировка	Срезы согласно нормативам

Подготовительная группа (6-7(8) лет)

№	Дата	Кол уч. час	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
1-2	Окт 1 нед	2	«Мяч через сетку».	Беседа Тренировка	Наблюдение
3-6	Окт 2,3 нед	4	«Передай не роняй» «Поймай, проведи - забег в кольцо».	Тренировка Игра	Наблюдение
7-8	Окт. 4 нед	2	Игра по командам	Работа в тройках с мячом.	Участие в играх с подсказками
9-12	Ноябрь 1,2 нед	4	«Баскетбол» - командная игра. «Ловишки с мячом».	Закрепление правил.	Судейство
13-16	Ноябрь 3,4 нед	4	«Метко в кольцо» «Передачи по кругу через центр».	Бег в разных направлениях.	Наблюдение
17-22	Декаб. 1,2,3 нед	6	«Гонка мячей по кругу» «Попади в мяч» «Брось - догони».	Ведение мяча правой и левой рукой между предметами.	Срезы согласно нормативам
23, 24	Декаб. 4 нед	2	«Подбрось - поймай».	Игра в баскетбол, самостоятельное проведение тайма	Срезы согласно нормативам
25-30	Январь 2,3,4 нед	6	«Носик балуется». «Мячик, мячик, ты откуда?» «Попади в цель».	Ведение мяча между предметами.	Наблюдение
31-36	Февраль 1,2,3 нед	6	«Шмель». «Смешинка» «Шарик лопнул».	Ведение мяча, передача мяча в пятерках	Наблюдение
37, 38	Февраль 4 нед	2	«Покажи пятки».	Тренировка	Наблюдение
39-44	Март 1,2,3 нед	6	«Подуй на листик» «Летят мячи». «Мяч среднему».	Ловля мяча	Объяснение ошибок
45, 46	Март 4 нед	2	«Быстрый мячик».	Подвижная игра	Наблюдение
47-52	Апр 1,2,3 нед	6	«Мяч в кругу». «Догони мяч». «Виды спорта с мячом»	Подвижные игры	Наблюдение
53, 54	Апр 4 нед	2	«Волейбол с воздушными шарами».	Тренировка	Наблюдение
55-60	Май 1,2,3 нед	6	«Не упусти шарик». «Мы – футболисты». «Закати мяч в обруч».	Тренировка	Наблюдение
61, 62	Май 4 нед	2	«Передай мяч».	Игра с элементами техники	Судейство

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Для решения поставленных задач создана и расширяется развивающая двигательная среда и среда познавательного плана – мячи всех размеров, картотека подвижных игр с элементами спортивных игр, дидактические игры, фотографии, иллюстрации, баскетбольные стойки, сетки, нетрадиционное оборудование – батут, тренажерные дорожки, ворота, спортивные фишки, кегли и др.

Современное понимание предметно-пространственной среды включает в себя обеспечение активной жизнедеятельности ребенка, становления его субъектной позиции, развития творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами.

Оборудование спортивного зала дошкольной организации является безопасным, здоровье сберегающим, эстетически привлекательным и развивающим. ППС насыщена, пригодна для совместной деятельности детей, педагогов, самостоятельной деятельности детей, отвечающей потребностям детского возраста.

Спортивное оборудование

- мячи разного веса и диаметра (детские резиновые, волейбольные, мини-баскетбольные, футбольные);
- мячи набивные
- мячи-фитболы
- баскетбольные корзины;
- волейбольная сетка;
- футбольные ворота;
- дуги;
- стойки;
- конусы-ориентиры.

Кадровое обеспечение.

В реализации программы участвуют педагоги дополнительного образования, имеющие профильное образование.

2.3. Формы аттестации

Формой подведения итогов реализации программы являются открытые уроки, учебно-тренировочные игры и соревнования

2.4. Методические материалы

Эффективность управления находится в прямой зависимости от систематичности, своевременности и качества информации, полученной посредством измерения, наблюдений и оценок.

Программа составлена с учетом реализации *межпредметных связей*:

- Познавательное развитие, где дошкольников знакомят с историей возникновения спортивных игр, с основными правилами игр, с алтайскими спортивными клубами и их спортсменами.
- Физическое развитие, где прививаются основы здорового образа жизни, детей учат использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; учат придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Секционные занятия строятся по классической традиционной схеме: вводная часть – разминка, основная и заключительная.

В водной части дети упражняются в ходьбе, беге и прыжках. Например, ходьба в

сочетании с ведением мяча ногами, ходьба с подбрасыванием и ловлей мяча в разных положениях, боковой галоп с ведением мяча и без него, прыжки из положения приседа и т.д.

В основной части происходит обучение, закрепление и совершенствование движений.

В качестве общеразвивающих упражнений используется фитбол гимнастика.

За счет вибрации при выполнении упражнений и амортизационной функции мяча активизируются регенеративные процессы, улучшаются кровообращение и микродинамика в межпозвоночных дисках, что способствует разгрузке позвоночного столба, мобилизации различных его отделов, коррекции и профилактике лордозов и кифозов. Занятия, сидя на мяче, сходны с верховой ездой, положительное влияние которой описано еще Гиппократом. Покачивание в положении сидя на мяче нормализуют обменные процессы, благотворно влияя на работу внутренних органов, улучшают отток лимфы и венозной крови, легочное кровообращение,

способствует откашливанию при заболевании легких, стимулируют функцию коры надпочечников, улучшают перистальтику кишечника. Упражнения на мяче тренируют вестибулярный аппарат, развивают координацию движений и функцию равновесия, развивают гибкость, увеличивают подвижность и пластичность суставов, укрепляют мышцы туловища, формируя правильную осанку.

Вместо традиционных основных видов движения в основной части занятия используются подводящие упражнения, которые помогают детям овладеть основными приемами техники спортивных игр.

В подводящие упражнения включаются движения, сходные по структуре с главными элементами техники того действия, которым предстоит овладеть. Например, при обучении броскам мяча в корзину в баскетболе первым упражнением является обычная передача мяча, затем выполнение передачи с высокой траекторией, далее — передача мяча через различные высокорасположенные препятствия (сетка, веревка, планка) с попаданием в горизонтальную цель (щит баскетбольной корзины) и, наконец, броски непосредственно в корзину.

Т.о, все эти упражнения включают бросок мяча, но условия его выполнения постепенно усложняются. Если в качестве подводящего упражнения используется хорошо освоенное ранее движение, то достаточно повторить его несколько раз непосредственно перед разучиванием нового двигательного действия.

Подводящими упражнениями могут служить:

1. Отдельные части изучаемого двигательного действия.
2. Имитация изучаемых двигательных действий.
3. Непосредственно изучаемое двигательное действие, которое выполняется в облегченных условиях.
4. Само изучаемое двигательное действие, выполняемое в замедленном темпе. При выполнении упражнения в замедленном темпе ребенку легче контролировать свои движения, и он допускает меньше ошибок.

На занятии дети упражняются в 4 движениях. Это подводящие упражнения для футбола, волейбола, баскетбола и гандбола. Например, удар по неподвижному мячу с 1,2,3 шагов; ведение мяча одной рукой и передача его в паре; отбивание пляжного мяча пальцами или ладонями.

Подвижная игра проводится также с элементами спортивных игр. Например, могут быть использованы такие игры, как: «Мяч через сетку», «Подвижная цель», «Перестрелка», «Задержи мяч», «Кого назвали, тот ловит мяч» и др.

В заключительной части занятия дается теоретический материал по истории возникновения, правилам спортивных игр, дидактические игры («Опиши и назови игру», «Узнай игру по описанию», «Из какой игры мяч?», «Фотозагадки»), викторины на знание игр, рассматривание иллюстрации и фотографии с изображением игровых моментов. В помощь себе сформированы папки с теоретическим и методическим материалом по спортивным играм, в которых используется мяч.

Обучение спортивным играм и упражнениям протекает более успешно при реализации всех общедидактических принципов. Особенно важно обеспечить доступность учебного материала и индивидуальный подход к детям, так как спортивные упражнения и игры

являются довольно сложными для дошкольников.

При подборе физических упражнений учитываются возрастные и индивидуальные особенности, возможности каждого ребенка и на их основе определены посильные для него задания.

Индивидуальный подход достигается при подборе методов обучения и воспитания в зависимости от степени усвоения учебного материала каждым ребенком, при учете реакции его организма на физическую нагрузку.

Все задания и упражнения программы «Школы мяча» активно стимулируют проявление физических качеств — ловкости, точности, быстроты, чувства ритма, силы, выносливости.

Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993)(с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ, от 05.02.2014 № 2-ФКЗ, от 21.07.2014 №11-ФКЗ) // Собрание законодательства РФ. - 04.08.2014. - № 31. - ст. 4398.
2. Федеральный закон Российской Федерации № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года «Об образовании в Российской Федерации»: (федер.закон: принят Гос.Думой 21 дек.2012 г.) // Российская газета, 31 декабря 2012.
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступает в силу 6 дек. 2019г) // Российская газета, 6 декабря 2019.

Литература, использованная при составлении программы

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» [Текст]: Книга для воспитателей дет.сада./ Э.Й. Адашкявичене. М.: Просвещение, 1992. 159 с.
2. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М., Просвещение, 1983г.
3. Ашмарина, Б.А. Теория и методики физического воспитания [Текст]: учеб.для студентов ффк / Б.А. Ашмарина. - М.: Просвещение, 1990. -с. 176-180.
4. Вавилова, Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. [Текст]: Пособие для воспитателей д/сада / Е.Н. Вавилова. - М.: Просвещение, 1986. -128с.
5. Волошина, Л.Н. «Играйте на здоровье!» [Текст]: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет/Л.Н. Волошина. М.: АРКТИ, 2004. -144с.
6. Волошина Л., Курилова Т. Играем в баскетбол
7. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ», издательство НЦ ЭНАС, 2004.
8. Николаева Н.И. Школа мяча [Текст]: учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений/Н.И. Николаева СПб. «Детство - Пресс», 2008.-96с.
9. Осокина Т.И. Физические упражнения и подвижные игры для дошкольников [Текст]: / Т.И. Осокина, Е.А Тимофеева.-Изд.2-е, доп., М., «Просвещение», 1971.-210с.
10. Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет» -«Детство- пресс», 2009. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет / Э.Я. Степаненкова. М.: Мозаика-Синтез, 2014.
11. Филиппова С.О., под ред. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения» - «Детство-пресс», 2005.
12. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей старших дошкольников» - издательство «Детство-пресс», 2010.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448730066

Владелец Мухаметзянова Марина Александровна

Действителен с 17.06.2024 по 17.06.2025