

бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Сокольского муниципального округа  
«Детский сад общеразвивающего вида № 20»

Принята на педагогическом совете

УТВЕРЖДЕНА:  
Заведующий БДОУ СМО «Детский сад № 20»

Е.А.Корепанова/

Приказ № 177 от «17 августа» 2023г.



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

Для детей 5-7 лет

Срок реализации: 8 месяцев (с 1 октября по 31 мая)

Автор-составитель:  
Фокичева М.А., педагог доп.образования

Сокол,  
2023 -2024год



## Содержание программы:

<b>1. Пояснительная записка</b> .....	Стр. 3
1.1. Направленность .....	Стр. 3
1.2. Новизна .....	Стр. 4
1.3. Актуальность .....	Стр. 4
1.4. Педагогическая целесообразность .....	Стр. 5
1.5. Цели и задачи .....	Стр. 5
1.6. Отличительные особенности .....	Стр. 6
1.7. Возраст обучающихся .....	Стр. 6
1.8. Сроки реализации .....	Стр. 6
1.9. Формы и режим занятий .....	Стр. 6
1.10. Ожидаемый результат .....	Стр. 8
1.11. Формы подведения итогов .....	Стр. 8
<b>2. Организационно-педагогические условия</b> .....	Стр. 9
2.1. Материально-технические условия .....	Стр.9
2.2. Требования к педагогическим работникам .....	Стр.9
<b>3. Учебный план</b> .....	Стр. 11
<b>3.1. Рабочая программа модуля «Освоение и совершенствование элементов техники футбола»</b> .....	Стр.12
<b>3.2. Рабочая программа модуля «Освоение и совершенствование элементов техники баскетбола»</b> .....	Стр. 16
<b>3.3. Рабочая программа модуля «Освоение и совершенствование элементов техники волейбола»</b> .....	Стр. 23
<b>4. Оценочные и методические материалы</b> .....	Стр. 30
4.1. Методические материалы .....	Стр. 30
4.2. Методы и приемы оценивания .....	Стр. 33
<b>5. Список используемой литературы</b> .....	Стр. 35
<b>6. Приложения</b> .....	Стр. 36

## 1. Пояснительная записка

Повышение эффективности физического воспитания детей дошкольного возраста чрезвычайно важно, так как именно в этом возрасте закладываются основы физического развития человека.

Необходимость работы в данном направлении возникла по ряду причин:

- недостаточная двигательная активность детей в течение дня (особенно в холодный период года)
- большая загруженность статическими занятиями
- желание реализовать себя в движении
- недостаточность внимания в Программе воспитания и обучения в детском саду игровым видам спорта, обучению детей игре в баскетбол, футбол, волейбол
- желание родителей видеть ребенка физически совершенным: развитым, здоровым, активным

Программа дополнительного образования детей дошкольного возраста «Школа мяча» (далее Программа) разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Концепцией развития дополнительного образования детей от 31 марта 2022 г. № 678-р
- СанПиНами 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 27 июля 2022 г. N 679
- Примерными требованиями к программам дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 №06-1844)

Программа разработана на основе учебно-методических пособий Н.И.Николаевой «Школа мяча», Е.Ф. Желобкович «Футбол в детском саду». и Э.Й. Адашквичене «Баскетбол для дошкольников». Программа определяет содержание и организацию дополнительной образовательной деятельности, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах физкультурно-спортивной деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

### 1.1. Направленность

Программа физкультурно-спортивной направленности. Программой предусмотрено обучение старших дошкольников элементам спортивных игр с мячом. Программа направлена на улучшение физического развития, физической подготовленности детей, развитие ловкости, координации, глазомера, согласованности движений, воспитание морально-волевых качеств.

Направления работы:

- Теоретическое направление подразумевает знакомство детей с историей возникновения мяча, игры в баскетбол, в волейбол, футбол, правила командной

игры, знакомство детей с новыми понятиями, такими как игровая дисциплина, замена, аут, пенальти и т.д.

- Практическое: обучение детей техническим навыкам владения мячом

### **1.2. Новизна программы.**

Развитие физических способностей детей осуществляется в интеграции учебно-воспитательного процесса и кружковой работы. Особое внимание уделяется формированию двигательных навыков и закреплению на основе высокой степени повторяемости и оптимальной последовательности способам владения мячом: ведение, броски, передачи, обманные движения и т.п.

Структура занятий позволяет удовлетворить высокую двигательную потребность детей старшего дошкольного возраста. Занятия проводятся эмоционально, с большим использованием игровых упражнений с мячом, игр с предметами, что позволяет дольше поддерживать интерес детей, повышать эффективность и точность выполнения упражнений с мячом.

Особый интерес представляет использование игрового метода и упражнений из арсенала спортивных игр в системе физического воспитания детей старших и подготовительных групп в дошкольных образовательных организациях. Программа предусматривает использование новейших технологий на основе федерального государственного образовательного стандарта с учетом обновления содержания по различным программам.

Содержание программы ориентировано на создание у детей хорошей физической подготовленности, воспитание нравственно-волевых, моральных качеств, чувства коллективизма.

### **1.3. Актуальность программы**

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. Поэтому, одним из актуальных вопросов в настоящее время остается охрана и укрепление здоровья подрастающего поколения. Умение сохранения и укрепления здоровья закладывается уже в дошкольном возрасте, поэтому именно в этом возрасте физическое воспитание является одним из необходимых условий правильного развития детей.

Кроме того, исследования НИИ гигиены и профилактики заболеваний, состояние здоровья и физического развития детей - дошкольного возраста показывают, что функциональные возможности детей старшего дошкольного возраста не реализуются на должном уровне в процессе разных видов занятий по физической культуре. Двигательная активность, которая, как известно, имеет большое значение для здоровья, дошкольников за время пребывания их в детском саду составляет 50% периода бодрствования, что не позволяет полностью обеспечить биологической потребностью ребенка в движении. При недостатке двигательной активности влияющей на состояние здоровья и работоспособность растущего организма возникает целый ряд неблагоприятных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

Чтобы удовлетворить потребность детей в двигательной активности необходимо проводить дополнительные кружки по физическому развитию. С этой целью в нашем детском саду организован кружок «Школа мяча», который предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья. Работа такого кружка является одним из новых и эффективных средств повышения двигательной активности детей.

#### **1.4. Педагогическая целесообразность**

Физическое воспитание играет роль во всестороннем развитии современного дошкольника. Дошкольный возраст – это возраст, в котором закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств, формирования основ здорового образа жизни.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Мяч — это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания. Упражнения с мячом 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, благоприятно воздействуют на психофизическое развитие ребенка, развитие координации движений, а, следовательно, на активизацию деятельности головного мозга. П.Ф. Лесгафт, подчеркивая значение игр с мячом, указывал на то, что ребенок, играя, выполняет разные манипуляции с мячом, что способствует развитию глазомера и дыхательных координационных функций. По данным А. Лоуэна, отбивание мяча повышает настроение, снимает агрессию, помогает избавиться от мышечных напряжений, вызывает удовольствие, что обеспечивает свободу телодвижения от мышечного напряжения.

В действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. При передвижении по площадке ребенок упражняется в беге с ускорением, с изменением направления, в беге в сочетании с ходьбой, с прыжками, в беге с остановкой, в беге с приставным шагом. Включается в работу левая рука, что важно для полноценного физического развития ребенка. Развиваются не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивается подвижность в суставах кисти пальцев рук.

Кроме того, 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, т.е. приобщают детей к доброте, коллективизму, взаимопомощи, а динамичность, эмоциональность, разнообразие действий в различных ситуациях привлекают детей старшего дошкольного возраста, формируя интерес и увлеченность играми с мячом.

#### **1.5. Цель и задачи**

*Цель программы:* повышение результативности физического воспитания и развития старших дошкольников посредством освоения движений с мячом и изучения доступных элементов техники наиболее популярных спортивных игр: волейбола, футбола, баскетбола.

*Задачи обучения:*

- *Образовательные:*

1. учить детей передавать — ловить мяч, развивать умения согласовывать действия с товарищами;
2. развивать глазомер, контролировать траекторию полета мяча;
3. обучать основным способам ведения и владения мяча в игровых формах;
4. учить детей передавать двумя руками от груди, ловить его;
5. при ведении мяча не бить по нему, а толкать его вниз, вести мяч вперед — сбоку, а не прямо перед собой, смотреть вперед, а не вниз перед собой (это сложная техника, которую дети осваивают постепенно).

- *Оздоровительные задачи:*

1. сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
2. создавать условия для удовлетворения естественной потребности детей в движении;
3. дозировать физическую нагрузку с учетом состояния здоровья детей и их функциональных возможностей.

- *Воспитательные задачи:*

1. развивать у детей интерес к спортивным играм и физическим упражнениям с использованием разных предметов;
2. формировать у детей умение играть дружно, согласовывая свои действия с действиями других;
3. побуждать детей к самостоятельности и умению проявлять активность в играх и упражнениях.

*Задачи первого года обучения:*

1. Формировать двигательные навыки у детей, умения работать в команде.
2. Развивать точность и координацию движений, пространственную ориентировку, зрительную и слуховую ориентацию.
3. Развивать физические качества ребёнка.
4. Воспитывать положительные нравственно-волевые черты детей, умение принимать быстрые, разумные решения, соблюдать правила игры и поведение.

### **1.6. Отличительные особенности**

Отличительными особенностями данной Программы является расширение возможностей физического воспитания и развития на основе планирования и организации процесса формирования двигательных способностей в процессе игры с мячом и максимального приближения занятий к игровой деятельности, соответствие их содержания возможностям и подготовленности детей; социально-личностная направленность программных задач.

### **1.7. Возраст обучающихся**

Программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста с 5 до 7 лет.

Зачисление детей в секцию «Школа мяча» допускается на любом этапе обучения.

Принимаются все желающие дети, допущенные к занятиям по состоянию здоровья. Программой предусмотрено обучение воспитанников БДОУ СМО «Детский сад общеразвивающего вида № 20».

### **1.8. Сроки реализации**

8 месяцев обучения – 29 часов. Занятия кружка «Школа мяча» проводятся во вторую половину дня инструктором по физической культуре. Общее количество занятий за учебный год – 29. Учебный год длится 8 месяцев (с октября по май). Период до 1 ноября является адаптационным периодом для детей, посещающих дошкольную образовательную организацию, и поэтому руководителю кружка предоставляется время для комплектования кружков воспитанниками, уточнения расписания занятий, утверждения плана работы кружка.

### **1.9. Формы и режим занятий**

Занятия проводятся 1 раз в неделю, по одному учебному часу продолжительностью 30 минут в старшей, подготовительной группе. Количество детей, посещающих кружок, составляет группа до 25 человек (старшая, подготовительная группа).

Нагрузка детей старшей группы составляет:

- в неделю – 30 минут;

- в месяц – 1 час 60 минут;

*Форма организации деятельности детей на занятии:* на занятиях используется групповая и индивидуальная форма организации деятельности детей, а так же работа в подгруппах.

*Форма проведения занятий:* специально организованные занятия, которые включают игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом, инструктаж, разучивание комплекса, показ взрослым и ребенком, эстафеты, соревнования, эвристические беседы, встречи с интересными людьми. Итогом детской деятельности могут служить физкультурные досуги, праздники, развлечения, защита проектов, показательные занятия для родителей.

Каждое занятие имеет трехчастную структуру: первая часть – подготовительная (разминка); вторая – основная проводится в игровой форме, в третьей (заключительной) – подвижные игры с мячом с элементами спортивных игр.

На занятиях «Школы мяча» с детьми, а также в работе с родителями широко используются ИКТ: компьютер, интерактивный стол, мультимедийная техника в целях воспитания и развития творческих способностей ребенка, формирования его личности.

*Методы, приемы обучения детей упражнениям и играм с мячом:*

- 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

*Работа с родителями:*

Достичь высоких результатов физического развития детей, возможно, только при взаимодействии детского сада и семьи. Родители должны быть уверены в том, что дошкольное учреждение всегда поможет им в решении педагогических проблем, проблем физического развития детей. Педагоги поддерживают контакт с семьей, знают индивидуальные особенности воспитанников и учитывают их при работе, что ведет к повышению эффективности педагогического процесс, физического развития детей.

Формы работы с родителями осуществляются по следующим *направлениям:*

- Формирование знаний родителей о навыках и умениях детей владения мячом по программе.
- Совместная деятельность детей и родителей, эмоции от игр с мячом.
- Организация фотовыставки «Школа мяча».

Наглядная информация для родителей:

- Папка «Мой весёлый звонкий мяч» (содержит историю мяча, данные о современных мячах, рекомендации родителям по выбору мячей для детей, значение мяча для ребёнка, картотеку русских народных игр с мячом, упражнения с мячом и т. д.)
- Папка «Играем дома» (содержит творческие подвижные игры для дома, улицы, с мячом и т. д.)
- Папка «Физкультура – это здорово» (содержит подвижные игры для всей семьи, подвижные игры разных народов, игры для всей семьи и т. д.)
- Пополнение картотек « Игры на улице»



## **1.10. Ожидаемый результат**

К концу срока обучения дети могут освоить:

### **Знания:**

- историю зарождения спортивных игр: баскетбола, волейбола и футбола.
- правила ведения счета в баскетболе, волейболе и футболе;
- значение разминки, утренней зарядки, режима дня, дыхательных упражнений;
- спортивную терминологию;
- правила поведения и технику безопасности на спортивной площадке;

### **Умения:**

#### **Элементы баскетбола**

- отбивать (вести) мяч на месте двумя руками и одной;
- вести мяч в движении, продвигаясь между предметами, с поворотами, бегом;
- вести и передавать мяч друг другу;
- забрасывать мяч в баскетбольное кольцо.

#### **Элементы волейбола**

- прокатывать мяч одной и двумя руками, из разных исходных положений;
- бросать мяч вверх, об пол, в цель, на дальность (из разных исходных положений) и ловить его двумя и одной рукой;
- перебрасывать мяч через сетку снизу, от груди, сверху, с отскоком от пола двумя руками;
- бросать мяч в стенку и ловить его;
- бросать мячи (разного размера) на дальность и в цель;
- бросать мяч друг другу;
- играть в «Пионербол» одним мячом.

#### **Элементы футбола**

- вести мяч ногой произвольно любым способом (правой, левой), по извилистой линии, по коридору, между предметами, обводя их;
- выполнять удары по мячу с места, с разбега, с попаданием в цель;
- останавливать (принимать) мяч во время передачи.

Данные результаты возможны при систематическом обучении детей.

Физическая подготовленность и результаты освоения умений и навыков отслеживаются в ходе мониторинга, перед началом и по окончании каждого модуля (Карта обследования – приложение 1).

## **1.11. Форма подведения итогов**

- Диагностическое обследование детей по усвоению программы.
- Беседа.
- Практическое задание на оценку выносливости, ловкости, двигательной активности.
- Участие в районных спортивных соревнованиях.
- Открытые мероприятия.
- Защита проектов.

## 2. Организационно-педагогические условия

### 2.1. Материально – технические условия

Для полноценных занятий и проведения мероприятий имеется просторный, хорошо проветриваемый спортивный зал с хорошим освещением, с защищенными лампами и с сетками на окнах с необходимым оборудованием и инвентарем.

Спортивное оборудование и инвентарь:

- кольцо баскетбольное диаметром 45 см, длиной сетки 40 см – 2 шт.
- щит баскетбольный – 2 шт.
- сетка волейбольная шириной 4,5 м
- мяч волейбольный – 1 шт.
- мяч баскетбольный – 1 шт.
- мяч футбольный – 1 шт.
- мяч резиновый – 20 шт.
- мяч массажный – 20 шт.
- мяч малый пластмассовый – 30 шт.
- мяч фитбольный – 10 шт.
- корзина пластмассовая – 2 шт.
- ворота разных размеров – 3 шт.
- скамейка гимнастическая – 2 шт.
- обруч пластмассовый – 20 шт.
- кегли – 15 шт.
- кубики – 20 шт.
- канат – 1 шт.
- мешочки с песком – 15 шт.
- рулетка – 1 шт.

Кроме того, необходимо помещение для хранения спортивного инвентаря и другого имущества необходимого для занятий, спортивных досугов.

Техническое оборудование:

- магнитофон;
- ноутбук;
- мультимедийная установка;
- секундомер.

### 2.2. Требования к педагогическим работникам

Руководитель секции должен знать:

- педагогику, детскую, возрастную и социальную психологию;
- психологию отношений, индивидуальные и возрастные особенности детей;
- возрастную физиологию и гигиену;
- методы, формы и технологию мониторинга деятельности воспитанников;
- педагогическую этику;
- теорию и методику воспитательной работы, организации свободного времени воспитанников;
- новейшие достижения в области методики дошкольного воспитания;
- современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации личностно-ориентированного образования;
- методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контактов с воспитанниками разного возраста, их родителями (лицами, их заменяющими), коллегами по работе;

- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения;
- основы работы с текстовыми и графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и веб-обозревателями (браузерами), мультимедийным оборудованием;
- правила внутреннего трудового распорядка образовательной организации;
- правила по охране труда и пожарной безопасности;
- санитарно-эпидемиологические требования к организации образовательного процесса.

#### *Требования к квалификации*

Педагог должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» со стажем работы в педагогической сфере не менее 5 лет, с наличием первой или высшей квалификационной категорией.

Педагог должен обладать основными компетенциями в организации:

- мероприятий, направленных на укрепление здоровья воспитанников и их физическое развитие;
- различных видов детской деятельности и общения воспитанников;
- образовательной деятельности по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования;
- взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников и работниками образовательной организации;
- в методическом обеспечении воспитательно-образовательного процесса;
- владении информационно-коммуникационными технологиями и умением применять их в воспитательно-образовательном процессе.

#### *Принципы*

1. Взаимоотношение педагога и детей основываются на гуманном сотрудничестве и поддержке, носят личностно-ориентированный характер.
2. Организация образовательного процесса строится с учетом физиологического и психологического возраста ребенка.
3. Планирования и организация учебно-воспитательного процесса осуществляется на диагностической основе.
4. Дифференцированный подход обеспечивается подбором вариативных заданий по одной теме, то есть разнообразием содержания при общей цели.
5. Занятия направлены на комплексную реализацию тематических блоков, планов работы.
6. Каждое занятие реализует основные психологические потребности ребенка и обеспечивает успешную деятельность всех детей.

### 3. Учебный план

№	Темы	Количество занятий
1.	История возникновения мяча	1
2.	Освоение и совершенствование элементов техники баскетбола	10
3.	Освоение и совершенствование элементов техники футбола	9
4.	Освоение и совершенствование элементов техники волейбола	8
5.	Итоговое занятие «Разноцветный быстрый мяч»	1
6.	Итого:	29 занятий

**Содержание дополнительной программы физкультурно-спортивной направленности  
«Школа мяча»**

Направление работы	Содержание
<b>1 тема – освоение и совершенствование элементов техники баскетбола</b>	
<p>Всё о мячах</p> <p>I. Подготовительная работа.</p>	<p>Рассказ и показ разных мячей. Просмотр видеоматериалов о спортивных играх: футбол, волейбол, баскетбол.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Дети должны освоить технику игры в баскетбол, состоящую из двух видов действий: движения, которые выполняются без мяча или с мячом в руках без передачи его партнеру (стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения)</li> <li>- Действия с мячом: ловля, передача, ведение и забрасывание в корзину.</li> <li>- Основная стойка баскетболиста: ноги согнуты в коленях, расставлены на ширине плеч, одна из них выставлена на полшага вперед, тело направляется вперед, тяжесть его распределяется равномерно на обе ноги.</li> <li>- Руки согнуты в локтях и находятся около туловища.</li> <li>- Перемещение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами.</li> <li>- Учить детей остановкам необходимо в такой последовательности: остановка после ходьбы, потом после бега в медленном темпе, после бега в быстром темпе и неожиданная остановка</li> </ul>
<p>II. Обучение способам действия</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Учить ребенка правильно держать мяч: исходное положение держать мяч на уровне груди обеими руками, при этом руки должны быть согнуты, локти опущены вниз, кисти рук лежат сзади/сбоку, пальцы широко расставлены.</li> <li>- Учить детей встречать мяч руками, следить за его полетом.</li> </ul> <p>Мяч в руках долго не задерживать, действовать быстро (передавать его другому, бросать, вести и т.д.).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Учить передаче мяча сначала двумя руками, а потом правой и левой (на месте и в движении).</li> <li>- При передаче мяча держать его на уровне груди.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ведение мяча осуществлять с высоким отскоком.</li> <li>- Учить ребенка правильно держать спину, не наклоняться к мячу, видеть площадку, не бить по мячу, а толкать его вниз, вести вперед – сбоку, а не прямо перед собой, смотреть вперед, а не вниз на мяч.</li> <li>- Забрасывать мяч в корзину двумя руками от груди (при этом способе игрок описывает небольшую дугу и, выпрямляя руки вверх бросает мяч в корзину).</li> <li>- Одной рукой от плеча (мяч находится на ладони согнутой в локтевом суставе и придерживается другой; слегка согнутые ноги выпрямляются, одновременно рука с мячом выносится вперед-вверх и мяч толчком кисти руки направляется в корзину).</li> <li>- Первоначальное расстояние до корзины в период обучения броскам по кольцу 1м, потом 2 -2,5м, высота детского щита с корзиной 1,5 – 2м.</li> </ul>
<p>III. Подводящие упражнения.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Отбивание мяча двумя руками (по очереди) на месте.</li> <li>- Ведение мяча, передвигаясь шагами,</li> <li>- Ведение мяча, передвигаясь бегом по прямой</li> <li>- Ведение мяча, передвигаясь со сменой направления</li> <li>- Ведение мяча при противодействии другого игрока</li> </ul>
<p>IV. Организация игры Мини-баскетбол</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Игра делится на два тайма по 5 минут.</li> <li>- Между таймами планируется обязательный перерыв.</li> <li>- Педагог следит за продолжительностью игры.</li> <li>- Во время перерыва происходит замена уставших детей.</li> <li>- Игроки теряют мяч в случае, если мяч уйдет за пределы поля</li> <li>- Возвращает мяч в игру команда противника</li> <li>- С мячом в руках игрок может сделать не более 3 шагов. После этого он должен вести мяч, передать его другому игроку или забросить в корзину</li> <li>- Запрещается вести мяч двумя руками одновременно</li> <li>- Запрещается бежать с мячом в руках</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Запрещается толкать игроков, держать их за одежду, руки.</li> </ul>
<b>2 тема - освоение и совершенствование элементов техники футбола</b>	
<p>Основы знаний</p> <p>I. Подготовительная работа.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Знакомство с историей игры в футбол</li> <li>- Правила техники безопасности при работе с мячом</li> <li>- Просмотр видеоматериалов</li> <li>- Изучение правил игры.</li> </ul> <p>Обучение элементам перемещения</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать навыки бега: бег по прямой, бег с быстрыми остановками, с поворотами, прыжками, приставными шагами, скрестные шаги по прямой, медленный бег, бег с ускорением, бег спиной вперед,</li> <li>- умение работать в команде</li> <li>- развивать двигательные качества</li> </ul>
<p>II. Обучение способам действия</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовительные упражнения без мяча и с мячом без передачи мяча партнёру (подкидывать мяч ногой, ловить его руками;</li> <li>подкидывать мяч ногой вверх несколько раз подряд, отбивая его верхом стопы, внутренней её стороной и т.д.);</li> <li>передача мяча партнёру (отбивая его ногой с ходу; останавливать катящийся мяч внутренней частью ступни и посылать его обратно);</li> <li>- обучить навыкам удара по мячу</li> <li>- формировать навыки приема, передачи, ведения мяча</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обучение элементам отбора и вбрасывания мяча</li> <li>- формировать навыки остановки мяча</li> <li>- формировать навыки забивания мяча в ворота</li> <li>- формировать навыки техники игры вратаря</li> <li>- закреплять навыки бега</li> </ul>
<p>III. Подводящие упражнения.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- перемещение по площадке по прямой и «змейкой»</li> <li>- удар по неподвижному мячу.</li> <li>- удар по мячу после его остановки.</li> <li>- удар по мячу, движущему на встречу.</li> <li>- прием мяча</li> <li>- ведение мяча</li> <li>- ведение мяча «змейкой», вокруг стоек</li> <li>- передача мяча друг другу</li> <li>- забивание мяча в ворота</li> <li>- учебная игра</li> </ul>
<p>IV. Организация игры</p> <p>Мини-футбол</p>	<p>Цель команды в игре – забить как можно больше мячей в ворота противника, а после потери мяча защитить свои ворота, соблюдая при этом правила игры. Каждая команда состоит из 5-8 детей и нескольких запасных. Один игрок – капитан. Игроки команды должны иметь отличительные знаки. Игра продолжается 20 минут. Время игры делится на 2 половины по 10 минут пятиминутным перерывом. В конце игры проводится малоподвижная игра (3-5 минут) с целью проведения организма ребенка в более спокойное состояние.</p> <p>Мяч считается забитым в ворота, если он полностью прошел, линию ворот между стойками под перекладиной и если при этом не были нарушены правила игры. Команда, забившая большое количество мячей считается победившей. Если не забито не одного мяча или обе команды забили одинаковое количество мячей, игра считается законченной в ничью.</p> <p>Мяч для начала удара ставиться на землю в центре поля. И</p>



	<p>игра начинается по сигналу воспитателя. После забитого мяча игра возобновляется так же, как и в начале игры, игроком команды, в ворота которой был забит мяч. После установленного перерыва команды меняются сторонами.</p>
<p><b>3 тема - освоение и совершенствование элементов техники волейбола</b></p>	
<p>Основы знаний</p>	<p>Формировать общее представление об игре:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Знакомство с историей игры в волейбол</li> <li>- Рассказ о том, когда и где возникла игра волейбол.</li> <li>- Рассматривание иллюстраций, просмотр видеозаписей.</li> <li>- .Правила техники безопасности при работе с мячом</li> <li>- Изучение правил игры. Беседа: почему нужно соблюдать правила. Какие правила в игре мини-волейбол. Беседа: почему нужно соблюдать правила.</li> </ul>
<p>II. Обучение способам действия</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Совершенствовать умение ловить мяч, брошенный воспитателем или товарищем на различном расстоянии. Способствовать развитию глазомера, координации движений.</li> <li>- Создать условия для овладения навыка далеко бросать мяч, двумя руками от груди и из-за головы, ловить его двумя руками. Укреплять мышцы плечевого пояса. Развивать ловкость, быстроту реакции.</li> <li>- Совершенствовать навык ловли мяча с воздуха и от земли, быстрой его передачи через сетку на сторону противника.</li> <li>- Создать условия для совершенствования двигательных навыков: подбрасывать мяч, вверх и ловить его двумя руками, не прижимая к груди.</li> <li>- Совершенствовать умение перебрасывать мяч в парах через сетку. Развивать двигательную реакцию детей, точность, координацию движений.</li> <li>- Закреплять умение передавать – ловить мяч координировать свои действия с действиями товарищей. Развивать выносливость, быстроту.</li> <li>- Совершенствовать умение перебрасывать мяч через сетку из-за головы</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Создать условия для игры мини-волейбол:</li> <li style="padding-left: 40px;">Закреплять умение бросать мяч через сетку от груди, соблюдать правила.</li> <li style="padding-left: 40px;">Закреплять правило: делать только три шага к сетке, чтобы перебросить мяч на сторону соперника. Приучать слушать сигнал. Развивать внимание, быстроту, ориентировку в пространстве.</li> <li>- Закреплять навыки ловли и передачи мяча разными способами</li> <li>- Совершенствовать умение перебрасывать мяч через сетку, не задевая её, при необходимости выполнять прыжок вверх.</li> <li>- Совершенствовать навыки владения мячом, тренировать детей в умении пасовать мяч друг другу, ловить двумя руками.</li> <li>Закрепить правила игры.</li> <li>Развивать координацию движений.</li> <li>Воспитывать чувство сплоченности.</li> </ul>
<p>III. Подводящие упражнения.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Бросание мяча в разных направлениях.</li> <li>- Бросок мяча вверх и ловля его двумя руками.</li> <li>- Бросок мяча вверх вперёд через сетку</li> <li>- Ловля мяча на лету.</li> <li>- Перебрасывание мяча партнёру удобным способом.</li> <li>- Перебрасывание мяча через сетку друг другу.</li> <li>- Передача мяча двумя руками от груди и ловля его двумя руками.</li> <li>- Перебрасывание мяча через сетку правой и левой рукой.</li> </ul>

<p>IV. Организация игры</p> <p>Мини-волейбол</p>	<p>С детьми дошкольного возраста проводится упрощённый вариант спортивной игры. Правила игры имеют некоторые особенности. Здесь не применяются трудные и недоступные детям требования. Воспитатель может сам оговорить некоторые правила. Основное отличие от классического волейбола заключается в том, что мяч в процессе игры берётся в руки, соответственно подача и пас партнёру, перевод мяча соперникам осуществляется не ударом, а броском.</p> <p>В Мини-волейбол играют на прямоугольной площадке, разделённой пополам сеткой Ш. - 1метр, высота 15см выше поднятой руки ребёнка, резиновым мячом.</p> <p>Каждая команда состоит из 6 игроков. 3 игрока располагаются под сеткой (передняя линия), и 3 сзади (задняя линия). Матч состоит из 3 партий до 10 очков.</p> <p>Если мяч задел сетку, потолок, стену, упал за линию поля, как при подаче, так и при переводе мяча соперникам – считается потеря подачи, и мяч отдаётся другой команде.</p> <p>Игра начинается с подачи мяча через сетку. Мяч получает ребенок, стоящий во втором ряду справа. Тот, кто принял мяч, перебрасывает его товарищу по команде, тот другому, а третий перебрасывает через сетку. (Выполнение паса).</p> <p>Можно выполнять три шага к сетке и бросать мяч на сторону соперника. Команде, не удержавшей мяч, засчитывается гол. Мяч передается другой команде, при этом её игроки выполняют переход хода по часовой стрелке. После окончания партии, команды меняются полями.</p>
--	--

### 3.1. Поурочное планирование

Примерная дата проведения, объем	Тема занятий	Обучение элементам техники движений с мячом
<b>Тема – освоение и совершенствование элементов техники баскетбола</b>		
1 занятие	Основы знаний	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знакомство с историей игры в баскетбол</li> <li>2. Правила техники безопасности при работе с мячом</li> <li>3. Ведение мяча в движении</li> <li>4. Играй, играй, мяч не роняй.</li> <li>5. Перебрасывание мяча в парах</li> </ol>
2 занятие	Мониторинг	Мониторинг
3 занятия	Упражнения и игры с ловлей мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Удары мяча об пол одной рукой и ловля двумя руками из положения стоя</li> <li>2. Удары мяча в пол одной рукой и ловля его двумя руками при ходьбе</li> <li>3. Удары мяча в пол правой рукой и ловля левой рукой и наоборот</li> <li>4. Подвижные игры: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Обгони мяч»</li> </ol>
4 занятия	Упражнения и игры с ловлей мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Удары мяча об пол одной рукой и ловля одной рукой из положения стоя</li> <li>2. Удары мяча в пол одной рукой и ловля его одной рукой при ходьбе</li> <li>3. Удары мяча в пол правой рукой и ловля левой рукой и наоборот (повторение)</li> <li>4. Подвижные игры: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Обгони мяч»</li> </ol>
	Упражнения и игры	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Передача мяча двумя руками от груди</li> </ol>

5 занятия	с передачей мяча	<p>2. Передача мяча двумя руками при движении парами</p> <p>3. Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его</p> <p>4. Подвижные игры: «10 передач», «За мячом», «Займи свободный кружок»</p>
6 занятия	Упражнения и игры с ведением мяча	<p>1. Ведение мяча на месте правой и левой рукой</p> <p>2. Ведение мяча вокруг себя попеременно правой и левой рукой</p> <p>3. Ведение мяча, изменяя направление движения</p> <p>4. Подвижные игры: «Мотоциклисты», «Проведи мяч», «Вокруг себя»</p>
7 занятия	Подготовительные упражнения к броскам в корзину	<p>1. Метание мяча в обруч, расположенный на полу (с расстояния 2-2,5м), снизу, сверху, из-за головы.</p> <p>2. Метание мяча в баскетбольный щит, установленный на разной высоте.</p> <p>3. Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом</p> <p>4. Подвижные игры: «Пять бросков», «Метко в кольцо», «точно в цель»</p>
8 занятие	Игры и упражнения в ловле, передаче и ведении мяча	<p>Игры «Бросание мяча в парах», «Метко в корзину»</p> <p>Сочетание действий:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ловли - бросков</li> <li>- ведения - бросков</li> <li>- ловли - ведения</li> <li>- ведения-передачи</li> </ul> <p>Игры: «Мяч ловцу», «Мяч капитану», «Смена сторон»</p>

9 занятия	Учебная игра мини-баскетбол	Правила игры для дошкольников: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Цель игры</li> <li>- участники судейство</li> <li>- время игры</li> <li>- счет игры</li> <li>- правило замены</li> <li>- выход мяча из игры</li> <li>- перемещение с мячом</li> <li>- правила поведения во время игры</li> <li>- нарушения и наказания за них</li> </ul>
10 занятие	Мониторинг	Мониторинг  Выявить уровень физической подготовленности детей на завершающем этапе обучения.  <b>Приложение 2</b>
<b>2 тема - освоение и совершенствование элементов техники футбола</b>		
11 занятие	Основы знаний	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знакомство с историей игры в футбол</li> <li>2. Правила техники безопасности при работе с мячом</li> <li>3. Просмотр видеоматериалов</li> <li>4. Изучение правил игры.</li> <li>5. Игры: «Мяч в кругу», «Пробеги с мячом».</li> </ol> <p>Передача мяча друг другу ногой</p>
12 занятие	Мониторинг	Мониторинг
13 занятие	Удары ногой по	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Удары ногой по подвешенному мячу</li> <li>2. Удары по неподвижному мячу правой,</li> </ol>

	мячу	<p>левой ногой с одного-трех шагов</p> <p>3. Удары по неподвижному мячу с разбега</p> <p>4. Подвижные игры: «Футболист», «Сильный удар».</p>
14 занятие	Прием мяча	<p>Прием катящегося мяча внутренней и внешней стороны стопы на месте.</p> <p>Прием отскочившего от стены мяча подошвой, внешней и внутренней стороны стопы</p> <p>Подвижные игры: «Подвижная цель», «Сильный удар».</p>
15 занятие	Прием мяча	<p>Прием катящегося мяча внутренней и внешней стороны стопы на месте.</p> <p>Прием отскочившего от стены мяча подошвой, внешней и внутренней стороны стопы</p> <p>Подвижные игры: «Подвижная цель», «Сильный удар».</p>
16 занятие	Ведение мяча	<p>Ведение мяча правой и левой ногой по прямой линии;</p> <p>Ведение мяча толчками попеременно обеими ногами в медленном темпе.</p> <p>Подвижные игры: «Проведи мяч», «Кто быстрее до флажка»,</p>
17 занятие	<p>Передача мяча друг другу</p> <p>Игры: «Быстро мяч веди», «Ведение мяча парами», «Гонка мячей», «Смена сторон»</p> <p>Ведение и отбор мяча</p> <p>Один ребенок ведет мяч ногой, другой улавливает момент и вступает в борьбу за мяч</p> <p>Подвижные игры: «Борьба за мяч», «С двумя мячами», «Мяч под планкой»</p>	
	учебная игра «Мини-футбол»	Правила игры для дошкольников:

18 занятие		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Цель игры</li> <li>- участники судейство</li> <li>- время игры</li> <li>- счет игры</li> <li>- правило замены</li> <li>- выход мяча из игры</li> <li>- перемещение с мячом</li> <li>- правила поведения во время игры</li> <li>- нарушения и наказания за них</li> </ul>
19 занятие	Мониторинг	<p>Мониторинг</p> <p>Выявить уровень физической подготовленности детей на завершающем этапе обучения.</p> <p><b>Приложение 2</b></p>
<b>3 тема– освоение и совершенствование элементов техники волейбола</b>		
20 занятие	Основы знаний	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знакомство с историей игры в волейбол</li> <li>2. Правила техники безопасности при работе с мячом</li> <li>3. Просмотр видеоматериалов</li> <li>4. Изучение правил игры.</li> <li>5. Игры: «Мяч в кругу»,</li> </ol>
21-22 занятие	Перебрасывание мяча друг другу	<p>Бросание мяч друг другу:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с хлопком</li> <li>- с отскоком от пола</li> <li>- с поворотом кругом</li> <li>- в косом направлении</li> <li>- с хлопком за спиной.</li> </ul> <p>Бросание мяча друг другу в разных положениях: стоя лицом и спиной, стоя на коленях, сидя «по-</p>



		<p>турецки», лежа.</p> <p>Передача мяча по кругу вправо, влево (определенным способом).</p> <p>Подвижные игры: «Поймай мяч», «Десять передач», «Мяч по кругу», «Ловкая пара», «Ловишка в кругу».</p>
23-24 занятие	<p>Броски и ловля мяча</p> <p>Броски и ловля мяча от стены с разными заданиями: с отскоком от пола, с поворотом кругом, с перепрыгиванием через отскочивший мяч.</p> <p>Броски и ловля мяча через сетку несколькими игроками с передачей друг другу</p> <p>Передача мяча двумя руками от груди</p> <p>Подвижные игры: «Гонка мячей», «У кого больше мячей»</p>	
25-26 занятие	<p>Бросание мяча в разных направлениях.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Бросок мяча вверх и ловля его двумя руками.</li> <li>- Бросок мяча вверх вперед через сетку</li> <li>- Ловля мяча на лету.</li> <li>- Перебрасывание мяча партнёру удобным способом.</li> <li>- Перебрасывание мяча через сетку друг другу.</li> <li>- Передача мяча двумя руками от груди и ловля его двумя руками.</li> <li>- Перебрасывание мяча через сетку правой и левой рукой.</li> </ul>	
27 занятие	Учебная игра «мини-волейбол»	<p>Правила игры для дошкольников:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Цель игры</li> <li>- участники судейство</li> <li>- время игры</li> <li>- счет игры</li> <li>- правило замены</li> <li>- выход мяча из игры</li> <li>- перемещение с мячом</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- правила поведения во время игры</li> <li>- нарушения и наказания за них</li> </ul>
28 занятие	Мониторинг	<p>Мониторинг</p> <p>Выявить уровень физической подготовленности детей на завершающем этапе обучения.</p> <p><b>Приложение 2</b></p>

**29 занятие- Итоговое занятие. «Разноцветный быстрый мяч».**

## 4. Оценочные и методические материалы

### 4.1. Методические материалы

#### **Формирование действий с мячом у детей старшего дошкольного возраста.**

##### *Техника перемещения.*

Для успешного овладения действиями с мячом необходимо научить детей таким приемам перемещения, как стойка, бег, прыжки, повороты, остановки.

Как правильно стоять? Дети часто стоят на прямых, плотно сжатых ногах. Такая постановка не обеспечивает устойчивого положения, поэтому они часто теряют равновесие в последующих действиях. На первых занятиях дети не умеют распределять тяжесть тела на обе ноги и прямо держать тело, смещают центр тяжести на одну ногу, а туловище чрезмерно направляют вперед. Уже на 3-4м занятии они начинают принимать разное положение, что позволяет быстро включаться в активные действия, перемещаясь в нужном направлении. Следует научить детей принимать и в дальнейшем сохранять основную стойку, из которой можно быстро, удобно и успешно выполнять любые действия с мячом и без мяча. Она состоит в следующем: ноги согнуты в коленях, расставлены на ширине плеч, одна из них выставлена на полшага вперед. Тело направляется вперед, тяжесть его распределяется равномерно на обе ноги. Руки согнуты в локтях, прижаты к туловищу.

Передвижение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, остановками и поворотами. Во время бега ребенок должен ставить ногу на всю стопу или использовать перекат с пятки на носок. При этом нога значительно сгибается в коленном суставе. Расслабленные руки, полусогнутые в локтях, двигаются свободно.

##### *Остановки*

Детей дошкольного возраста следует обучать остановке двумя шагами. Обучение этим способом, во многом облегчает последующие обучение передаче мяча в движении, броску мяча в корзину после его ведения и т. д. Остановка начинается с энергичного отталкивания одной ногой. Ребенок делает удлиненный, стопорящий шаг и немного отклонившись на опорную ногу, выполняет второй шаг. Инерция бега погашается сгибанием ног, тяжесть тела распределяется равномерно.

Следует обращать внимание на постановку ног и равномерное распределение тяжести тела, на правильное положение корпуса. В дальнейшем дети приучаются занимать правильную стойку в игровых упражнениях и играх.

В передвижении приставными шагами необходимо следить, чтобы шаги были скользящими, а не подпрыгивающими, движения мягкими.

При обучении остановкам следует придерживаться такой последовательности: остановка после ходьбы шагом, затем после медленного бега и внезапная остановка. Вначале остановки выполняются свободно, а затем внезапно, по звуковым и зрительным сигналам.

##### *Упражнения для обучения стойке и передвижению по площадке.*

1. Построение: дети разбегаются по площадке с мячом в руках. Выполнение: свободно играют на площадке, выполняют разные движения с мячом; после сигнала воспитателя быстро ловят мяч и принимают правильную стойку.
2. Построение: дети без мячей распределяются по кругу, лицом к середине его, на расстоянии 2-3 шагов друг от друга. Выполнение: передвигаются приставным шагом в сторону, указанную воспитателем. Воспитатель часто меняет направление передвижения.

### *Техника удержания мяча.*

1. Мяч держать на уровне груди.
2. Руки согнуты, пальцы широко расставлены.
3. Логти опущены вниз, мышцы рук расслаблены.

Возможные ошибки: узкое расположение пальцев на мяче, разведение локтей в стороны, держание мяча высоко.

Пути исправления: контролировать широкое расположение пальцев, не закрывать лицо мячом.

### *Правила ловли мяча*

1. Мяч ловить кистями рук, не прижимая к груди, продвигаясь навстречу летящему мячу.
2. Не задерживать мяч в руках, быстро действовать с ним.

Возможные ошибки: стремление зажать мяч, обхватить его руками; узкое расположение пальцев и ловля напряженными кистями рук; прием мяча на заранее согнутые руки, без амортизирующего движения.

### *Правила передачи мяча*

1. Локти опустить вниз.
2. Бросай мяч на уровне груди партнера.
3. Сопровождай мяч взглядом и руками.

Возможные ошибки: неправильная стойка – плотно сжатые и прямые ноги; чрезмерное разведение локтей в стороны.

Пути исправления: контролировать постановку ног, сохранять положение незначительного полуприседа; следить, чтобы полусогнутые руки в локте касались туловища.

### *Упражнения для обучения ловле и передаче мяча*

1. Построение: дети встают в две шеренги, лицом друг к другу на расстоянии 2-3 м.

Выполнение: дети в парах передают мяч друг другу.

Вариант. Мяч имеет один ребенок из первой пары. После сигнала он передает мяч напарнику из второй шеренги, тот возвращает мяч в первую шеренгу. Вторым ребенком из первой шеренги бросает мяч ребенку второй шеренги, стоящему напротив и т.д.

Так мяч путешествует из одной шеренги в другую, не пропуская никого из игроков. Последний ребенок, поймав мяч, бежит вперед и становится первым в своей шеренге.

2. Построение: дети по трое становятся в одну линию на расстоянии 2 м один от другого. Мяч находится у среднего ребенка каждой тройки.

Выполнение: в середине стоящий ребенок бросает мяч сначала стоящему справа, получает от него мяч и бросает стоящему слева. Упражнение повторяется 6-8 раз.

### *Правила ведения мяча*

1. Не бей по мячу, а толкай его вниз.
2. Веди мяч вперед - сбоку, а не прямо перед собой.
3. Смотри вперед, а не вниз на мяч.

Возможные ошибки: туловище сильно наклонено вперед, прямые ноги: удары по мячу расслабленной ладонью, узкое расположение пальцев на мяче; ведение мяча прямо перед собой.

Пути исправления: соблюдать правильную стойку, толкать мяч вниз кистью руки за счет сгибания и разгибания ее в локтевом суставе и мягкого направляющего толчка пальцами; следить за расстановкой пальцев; мяч посылать вперед – в сторону предстоящего движения.

#### *Упражнения для обучения ведению мяча*

1. Ведение мяча на месте, активно толкая его вниз правой, затем левой рукой.
2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой, накладывая правую кисть сверху справа, а затем левую – сверху слева.
3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой и попеременно правой и левой рукой.
4. Ведение мяча по кругу правой и левой рукой.
5. Построение: дети строятся в две разомкнутые шеренги.

Выполнение: первый ребенок первой шеренги ведет мяч, передает его первому игроку второй шеренги и сам становится на его место; тот ведет и передает мяч второму игроку первой шеренги и выполняет то же самое. Вторым игроком первой шеренги передает мяч второму игроку второй шеренги, тот третьему игроку первой шеренги и т.д. Последний ребенок первой шеренги, получив мяч, ведет его вдоль колонны, отдает мяч и сам остается на его месте. Упражнение повторяется.

#### *Правила броска мяча в корзину*

1. Бросая мяч, не опускать голову, сопровождая его руками.
2. Смотреть в передний край кольца, если бросаешь стоя прямо перед корзиной. Если находишься не по прямой перед корзиной, бросать нужно с отскоком от щита – прицеливаться в ту точку, в которую хочешь попасть мячом.
3. Бросать мяч смело; если мяч не попадет, не падай духом, повтори еще раз или передай мяч партнеру, который находится в более удобном положении.

Возможные ошибки: неправильное исходное положение – ноги вместе, прямые; несогласованное движение рук и ног; выпуск мяча усилием плеча и предплечья со слабым участием кисти руки.

Пути исправления: соблюдать правильную стойку; при броске одновременно выпрямлять руки и ноги (после выпуска мяча кисть руки сгибается).

#### *Упражнения для обучения броскам мяча в корзину*

Построение: дети строятся в две колонны по 4-6 в каждой напротив одной корзины. Одна колонна занимает место с одной стороны корзины, другая – с другой.

Выполнение: стоящие первыми выполняют бросок, стараясь попасть в корзину, ловят мяч и становятся в конец своей колонны. То же самое повторяют и другие игроки.

## **4.2. Методы и приемы оценивания**

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие виды контроля:

- текущий контроль (в течение всего учебного года);
- итоговый контроль (май).

## ДИАГНОСТИКА

### Уровни усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом.

**Низкий.** Неуверенно выполняет сложные упражнения с мячом. Не замечает своих ошибок. Не обращает внимание на качество действий с мячом. Не соблюдает заданный темп и ритм работы с мячом.

**Средний.** Технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Не совсем уверенно и точно выполняет действия с мячом в заданном темпе.

**Высокий.** Уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом. Способен придумать новые варианты с мячом.

### Диагностическая методика на выявление уровня усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом.

- Броски мяча вверх и ловля его:  
не менее 10 раз – 3 балла,  
от 5 до 10 раз – 2 балла,  
менее 5 – 1 балл.
- Отбивание мяча об пол одной рукой:  
не менее 10 раз подряд – 3 балла,  
от 5 до 10 раз – 2 балла,  
менее 5 – 1 балл.
- Отбивание правой – левой рукой на месте:  
не менее 10 раз подряд – 3 балла,  
от 5 до 10 раз – 2 балла,  
менее 5 – 1 балл.
- Ведение мяча, продвигаясь бегом:  
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,  
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,  
не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Перебрасывание мяча через сетку друг другу:  
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,  
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,  
не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо:  
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,  
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,  
не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Ведение мяча прыжками:  
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,  
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,  
не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Бросание мяча вдаль до указанных ориентиров:  
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,  
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,  
не справляется с выполнением задания – 1 балл.

### Комментарий к проведению диагностики.

Все оценки показателей по каждому заданию суммируются. Наивысшее число баллов, которое может получить ребенок – 24. На основе набранной суммы можно

дифференцировать детей по уровню усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом:

19-24 баллов - высокий уровень,

13-18 баллов - средний уровень,

8 -12 баллов - низкий уровень.

## 5. Рабочая программа воспитания

### *Цель и особенности организуемого воспитательного процесса*

**Общая цель воспитания - личностное развитие дошкольников и создание условий для их позитивной социализации на основе базовых национальных ценностей российского общества через**

- 1) формирование ценностного отношения к окружающему миру, другим людям, себе;
- 2) овладение первичными представлениями о базовых ценностях, а также выработанных обществом нормах и правилах поведения;
- 3) приобретение первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с базовыми национальными ценностями, нормами и правилами, принятыми в обществе.

#### **Задачи:**

- формирование речевой культуры как способности воспринимать, транслировать и порождать тексты на родном языке; проявлять осознанное и творческое отношение к языку.
- организация сотрудничества детей в мероприятиях по тематике объединения.

#### *Формы и содержание деятельности*

#### **Формирование представлений (воспитывающая среда объединения)**

- обеспечивать свободный доступ детей к различным литературным изданиям, предоставление места для рассматривания и чтения детьми книг и изучения различных материалов по темам семьи, дружбы, взаимопомощи, сотрудничества;
- создавать условия для проявления детской инициативы по взаимодействию и сотрудничеству.

#### **Формирование отношения (детско-родительская, детско-взрослая, профессионально-родительская общности, детское сообщество) Детско-родительская общность:**

- поддерживать и направлять познавательную активность ребенка. Детско-взрослая общность:
  - организовать условия для формирования речевой культуры, обучения чтению народном языке.

#### **Детское сообщество:**

- создавать условия для приобретения детьми социального опыта в различных формах жизнедеятельности.

#### *Планируемые результаты*

#### **Планируемые результаты воспитания**

- проявляет любознательность, умеет наблюдать;
- проявляет активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивной деятельности, в самообслуживании;
- обладает первичной картиной мира на основе традиционных ценностей российского общества.



## 6. Календарный учебный график

Начало учебного года	1 октября
Продолжительность учебного года	33 недели
Каникулярное время	летний период (с 1 июня по 31 августа)
Продолжительность учебной недели	5 дней
Праздничные и нерабочие дни	в соответствии с производственным календарем
Объем образовательной нагрузки	Возрастная группа
	подготовительная группа
В день	30 мин.
В неделю	30 мин.
В месяц	4 академических часов
за учебный год	29 академических часов

## **5. Список литературы**

1. Адашквичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду: кн. Для воспитателя детского сада. - М.: Просвещение, 1992 г.
2. Адашквичене Э.И. Баскетбол для дошкольников: Из опыта работы. - М.: Просвещение, 1983 г.
3. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет. сада.- М.: Просвещение, 1983 г.
4. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье!: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. - М., 2004 г.
5. Глазырина Л.Д. Физическая культура дошкольникам. - М.: «Владос», 2004 г.
6. Гончарук Г.Н. Игровая физкультура. - СПб., 2000 г.
7. Железняк Ю.Д. Спортивные игры. - М.: «Академия», 2002 г.
8. Желобкович Е.Ф. Футбол в детском саду.- М.: «Скрипторий 2003», 2009 г.
9. Касаткина Е. И. Школа мяча. - Вологда, 2011 г.
10. Николаева Н.И. Школа мяча. - СПб.: «Детство- Пресс», 2008 г.
11. Пологлазкова И. В. Организация секции «Школа мяча» на базе дошкольного образовательного учреждения // Образовательные проекты «Совёнок» для дошкольников. - 2013 г.
12. Программа интегративного курса физического воспитания для дошкольников подготовительной группы на основе футбола. / Н.С.Федченко, - М.: 2013г.
13. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. - М: «Мозаика-Синтез», 2000 г.
14. Рунова М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре. - М.: «Просвещение», 2007г.
15. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошко. учреждений: В 3 ч. - М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2003г.

### **Рекомендуемая литература**

#### **Для педагогов**

1. Адашквичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду: кн. Для воспитателя детского сада. - М.: Просвещение, 1992 г.
2. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет. сада.- М.: Просвещение, 1983 г.
3. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье!: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. - М., 2004 г.
4. Глазырина Л.Д. Физическая культура дошкольникам. - М.: «Владос», 2004 г.
5. Касаткина Е. И. Школа мяча. - Вологда, 2011 г.
6. Николаева Н.И. Школа мяча. - СПб.: «Детство- Пресс», 2008 г.
7. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. - М: «Мозаика-Синтез», 2000 г.
8. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошко. учреждений: В 3 ч. - М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2003 г.
9. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» - издательство НЦ ЭНАС, 2004 г.
10. Страковская В. Л. Помогите малышу подготовиться к школьной жизни. - М: Терра-Спорт, 2000 г.
11. Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет. - СПб.: «Детство-пресс», 2009.

#### **Для родителей**

12. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье!: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. - М., 2004 г.
13. Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет. - СПб.: «Детство-пресс», 2009.
14. Страковская В. Л. Помогите малышу подготовиться к школьной жизни. М: Терра-Спорт, 2000.

## 6. Приложения

### Приложение 1

#### Глоссарий

д

*Двигательная деятельность* - деятельность, характеризующая активность двигательного аппарата ребенка.

*Двигательная активность* - это основа индивидуального развития и жизнеобеспечения организма ребенка. Она подчинена основному закону здоровья: приобретаем, расходуя. Теория индивидуального развития ребенка основана на энергетическом правиле двигательной активности.

с

*Спорт* - составная часть физической культуры, система организации, подготовки и проведения соревнований по различным комплексам физических упражнений.

ф

*Физическое развитие* - процесс формирования и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфофункциональных свойств организма ребенка и основанных на них психофизических качеств.

*Физическое совершенство* - исторически обусловленный уровень физического развития. Оно является результатом полноценного использования физической культуры. Под физическим совершенством подразумевается оптимальная физическая подготовленность и гармоничное психофизическое развитие, соответствующее требованиям трудовой и других форм жизнедеятельности.

*Физическая культура* - часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека; совокупность материальных и духовных ценностей общества в области физического совершенствования человека.

*Физическое воспитание* - педагогический процесс, направленный на формирование двигательных навыков, психофизических качеств, достижение физического совершенства.

*Физическая подготовленность* - соответствие уровня развития двигательных умений и навыков нормативным требованиям программы.

*Физическое образование* - овладение специальными знаниями, двигательными умениями и навыками, развитие телесной рефлексии у ребенка.

*Физические упражнения* - специальные движения, а также сложные виды деятельности ребенка, применяемые в качестве средств физического воспитания. Они используются для совершенствования жизненно необходимых двигательных навыков и содействия духовному развитию ребенка.

Оценка техники освоения элементов спортивных игр: баскетбол, волейбол, футбол.

**Баскетбол**

Ф.И. ребенка	Броски и ловля мяча			Ведение мяча				Бросок мяча в кольцо	
	На месте	В движении	В парах	На месте		В движении		стоя на месте, двумя руками, способом из-за ГОЛОВЫ	после ведения с фиксации остановки
				1 рукой	2 руками	По прямой	«змейкой»		

- 1) броски и ловля мяча (на месте, в движении, в парах):  
 3 балла – более 40 раз,  
 2 балла – от 25 до 40 раз,  
 1 балл – от 15 до 25 раз,  
 0 баллов – менее 15 раз;
- 2) ведение мяча на месте одной рукой и двумя руками, ведение мяча в движении по прямой и «змейкой»:  
 «выполнил» - 3 балла. / « не выполнил» - 0 баллов;
- 3) броски мяча в корзину (3 попытки):  
 3 балла – 3 попадания  
 2 балла – 2 попадания  
 1 балл - 1 попадание  
 0 баллов - нет попаданий

**Футбол**

Ф. И. ребенка	Ведение мяча ногой		Остановка мяча	Отбор мяча	Удар по мячу носком и внутренней стороной стопы	Удар ногой по мячу по воротам
	По прямой	«змейкой»				

- 1) ведение мяча по прямой и «змейкой»:  
 «выполнил» - 3 балла / « не выполнил» - 0 баллов;
- 2) остановка мяча, отбор мяч, удар по мячу носком и внутренней стороной стопы:  
 3 балла – упражнение выполнено без ошибок,  
 2 балла – упражнение выполнено с незначительными ошибками,  
 1 балл – упражнение выполнено с грубыми ошибками,  
 0 баллов - упражнение не выполнено;
- 3). Удар ногой по мячу по воротам (3 попытки)

3 балла – 3 попадания  
 2 балла – 2 попадания  
 1 балл – 1 попадание,  
 0 баллов – нет попаданий.

**Волейбол.**

Ф.И. ребенка	Броски и ловля мяча двумя руками в парах	
	снизу	сверху

баллы	снизу	сверху
3	10-12	12-16
2	5-9	7-11
1	1-4	1-6
0	0	0

**Общая оценка уровня овладения техникой специальных действий с мячом**

**15-21 –высокий уровень,  
 8-14 –средний уровень,  
 0-7 –низкий уровень.**

Ф. И. ребенка	Общая оценка

## **Комплексы дыхательных упражнений и точечного массажа.**

### ***Комплекс №1***

1. Соединить ладони, потереть ими до нагрева.
  2. Указательными пальцами нажимать точки около ноздрей.
  3. «Уколоть» указательным и большим пальцами, как клешней, перегородку носа.
  4. Указательными пальцами с нажимом «рисуем» брови.
  5. Указательным и большим пальцами «лепим» уши.
  6. Вдох через левую ноздрю (правая закрыта указательным пальцем), выдох через правую ноздрю (при этом левая закрыта)
  7. Вдох через нос и медленный выдох через рот
- (Все упражнения повторить 8 раз)

### ***Комплекс №2***

1. Соединить ладони и потереть до нагрева одну ладонь о другую поперек.
2. Слегка подергать кончик носа
3. Указательным пальцем массировать точку под носом.
4. Указательными пальцами нажимать точку у рта в местах соединения губ.
5. Растирать за ушами: «примазывать уши, чтобы не отклеились».
6. Вдох, на выдохе слегка постукивать по ноздрям со звуком «М-м-м»
7. Вдох через нос, выдох через рот на ладонь - «сдуваем снежинку с ладони

### ***Комплекс №3***

1. «Моем» кисти рук.
2. Указательным и большим пальцем надавливаем на каждый ноготь другой руки.
3. Поглаживаем нос от ноздрей к переносице.
4. Средними пальцами надавливаем на ушные козелки.
5. Легко поглаживаем шею от грудного отдела к подбородку.
6. Игра «Веселая пчелка». Вдох свободный, на выдохе произносить звук «З-з-з». Дети должны представить, что пчелка села на руку, на ногу, на нос.
7. Несколько раз зевнуть и потянуться.

**Подвижные игры и эстафеты с мячом**

<p><b>«Мяч водящему»</b> Нужно провести две линии. Расстояние между ними 2-3 м. Играющие становятся друг за другом за первую линию. Напротив них, за другую линию, становится водящий. Он бросает мяч ребёнку, стоящему в колонне первым, а тот возвращает его водящему и перебегает в конец колонны. В это время вся колонна играющих подвигается вперёд и к исходной линии подходит следующий играющий.</p>	<p><b>«Передай мяч»</b> Играющие распределяются на команды и выстраиваются в колонны. У игроков, стоящих первыми, в руках по одному большому мячу (диаметр 20-25 см). По сигналу воспитателя начинается передача мяча назад двумя руками над головой (за головой) стоящим сзади. Как только игрок, стоящий последним в колонне, получит мяч, он быстро бежит, становится впереди колонны и снова передаёт мяч. Побеждает та команда, дети которой быстро выполнили упражнения и ни разу не уронили мяч.</p>
<p><b>«Мяч в стену»</b> Команды строятся в колонны на расстоянии 3 м от стены лицом к ней. По сигналу первые игроки бросают мяч о стену, ловят его после отскока от земли и передают следующим, а сами бегут каждый в конец своей колонны.</p>	<p><b>«Ловишка с мячом»</b> На земле чертят круг (диаметр 2м). Ловишка - в центре круга с мячом. После слов: «Раз, два, три -лови!» -дети бегут, а ловишка «осаливает» мячом убегающих детей.</p>
<p><b>«Школа мяча»</b> Играющие строятся в колонны, в руках у первых игроков по одному большому мячу. Перед каждой колонной положен обруч (диаметром 50 см). По сигналу воспитателя первый игрок ударяет мячом в обруч, ловит его двумя руками и передаёт следующему, а сам бежит в конец своей колонны. Когда первый в колонне окажется снова на своём месте, то, получив мяч, он поднимает его над головой.</p>	<p><b>«Проведи мяч»</b> Играющие строятся в две колонны, у каждого в руках по одному мячу. Вдоль площадки параллельно друг другу, ставятся кубики (5-6 шт.) на расстоянии 1.5 м. По сигналу воспитателя первые игроки начинают ведение мяча между предметами. Как только они пройдут 2-3 предмета, в игру включаются следующие ребята. Каждый выполнивший задание встаёт в конец своей колонны.</p>
<p><b>«Охотники и утки»</b> Играющие делятся на две команды охотников и уток. Утки становятся в середину круга, а охотники располагаются снаружи круга. Охотники перебрасывают мяч и стараются осалить им уток. Когда треть уток поймана, игра останавливается и дети меняются ролями.</p>	<p><b>«Не давай мяч водящему»</b> В центре круга находятся 2-3 водящих. Стоящие вне круга перебрасывают мяч друг другу во всех направлениях, а водящие стараются до него дотронуться. Если кому-либо это удаётся, то он выходит из круга. А водящим становится тот, при броске которого был осален мяч.</p>
<p><b>«Поймай мяч»</b> В игре трое играющих. Двое становятся на расстоянии не менее 3м друг от друга и перебрасывают мяч. Третий находится между ними и старается поймать мяч, пролетающий над ним.</p>	<p><b>«Сбей кеглю»</b> Играющий становится за линию, в 2-3 м от которой находится кегля. Надо сбить её мячом. Мяч можно прокатывать, бросать или ударять ногой.</p>

<p><i>«Мяч через сетку»</i> (элементы волейбола).</p>	<p><i>«Мяч в сетку»</i> (элементы баскетбола).</p>
---	--