

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 6»
муниципального образования «Черняховский муниципальный округ Калининградской
области»

СОГЛАСОВАННО
Протокол педагогического совета
от 31.08.23 № 1



**Дополнительна общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Школа мяча»**

Возраст обучающихся 5-7 лет
Срок реализации 1 год

составил: инструктор по физической культуре
Лукияненко Елена Ивановна
высшая квалификационная категория

г. Черняховск 2023.

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Школа мяча» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность программы

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. Известно, что здоровье ребенка формируется под воздействием целого комплекса факторов: биологических, экологических и др. 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. Приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, чёткость и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство коллективизма. Оптимальный объем развития двигательных качеств — одно из условий сохранения и укрепления здоровья детей 6-7 лет. Уровень физической подготовленности принято определять в основном по степени развития мышечной силы, быстроты и выносливости. Однако различных сторон двигательных качеств детей 6 -7 лет деятельности гораздо больше и их в равной мере следует принимать во внимание.

Чтобы удовлетворить потребность детей в двигательной активности в детском саду необходимо проводить дополнительные кружки по физическому развитию.

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 мячом различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми. Из вышеизложенного, назрела острая необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной активности ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Решение этой проблемы я вижу в играх и упражнениях с мячом.

С этой целью была разработана программа дополнительного образования «Школа мяча», которая составлена на основе программы и технологии физического воспитания детей 5-7 лет «Играйте на здоровье!» Л.Н.Волошиной М.: Москва «Аркти» (раздел «Баскетбол»), учебно-методического пособия Н.И.Николаевой «Школа мяча» Издательство «Детство-Пресс», учебно-методического пособия И.А.Аксеновой «Методика обучения и овладения элементами игры в футбол детьми старшего дошкольного возраста».

Отличительные особенности программы

Отличительными особенностями данной программы является расширение возможностей физического воспитания на основе планирования и организации процесса развития 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.

Программа гуманистически ориентирована, так как предлагаемая система разработана с учетом особенностей психомоторного развития старших 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, т.е. приобщают детей к универсальным ценностям человеческой жизни, доброте, коллективизму, взаимопомощи.

Адресат программы: воспитанники 6-7 лет.

Объем и срок освоения программы.

Срок освоения программы – 1 год. На полное освоение программы требуется 36 часов.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса.

Кружковая работа рассчитана на учебный год (сентябрь-май). Занятия проводятся во второй половине дня, 1 раз в неделю не более 30 минут.

Форма занятий - групповая, подгрупповая. Набор детей в группу свободный.

Состав группы – 10 детей.

При формировании групп необходимо учитывать:

- возраст занимающихся;
- принадлежность к медицинской группе;
- психофизиологические особенности ребенка.

Педагогическая целесообразность.

В системе физического воспитания дошкольников действия с мячом занимают важное место. Мяч - это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку.

Практическая значимость.

Упражнения с мячами разного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживают позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки. 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. Структура занятий позволяет обогатить и удовлетворить двигательную потребность детей дошкольного возраста.

Ведущие теоретические идеи.

Данная программа направлена на создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника. Основной упор в программе сделан на ознакомление, закрепление и совершенствование упражнений со всеми доступными видами мячей. Обучая и упражняя детей, происходит знакомство с различными видами спорта, историей их возникновения. В процессе этой работы формируется интерес, желание заниматься спортом, прививаются навыки здорового образа жизни.

Цель программы:

Повысить результативность физического воспитания старших дошкольников посредством освоения движений с мячом и изучения доступных элементов техники популярных спортивных игр: волейбола, баскетбола, футбола в соответствии с ФГОС.

Задачи:

1. Приобщать детей к здоровому образу жизни и систематическим физкультурным занятиям;
2. Содействовать разносторонней физической подготовленности детей, формированию первоначальных умений выполнения движений с мячом, освоению элементов техники доступных видов спортивных игр (волейбола, баскетбола, футбола) и развитию двигательных способностей;
3. Осуществлять подготовку воспитанников к выполнению нормативных требований ГТО;
4. Учить детей понимать сущность, цель и правила коллективных игр с мячом;
5. Воспитывать интерес к командно-игровым видам спорта; желание подчинять собственные действия интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

Принципы отбора содержания.

Обосновывая содержание программы и логику его развертывания, следует показать связи между разделами программы, межпредметные связи, связи с другими программами, преемственность дополнительной общеобразовательной программы с основной образовательной программой определенной ступени общего образования. Важно продумать особенности взаимодействия с другими организациями или другими субъектами, взаимодействие с родителями обучающихся.

Принципы отбора содержания

- ✓ принцип единства развития, обучения и воспитания;
- ✓ принцип систематичности и последовательности;
- ✓ принцип доступности;
- ✓ принцип наглядности
- ✓ принцип взаимодействия и сотрудничества;

Основные формы и методы.

Ведущей организационной формой обучения программы «Школа мяча» является специально организованное занятие, включающие игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом. Итогом детской деятельности могут служить

физкультурные досуги, праздники, развлечения.

Фронтальная форма обучения позволяет достичь высокого тренировочного эффекта, который наиболее эффективен при разучивании упражнений, отработке техники выполнения, при закреплении игровых правил.

Используя групповую форму обучения, можно добиться дозирования нагрузки, а так же необходимой активности воспитанников.

Применение индивидуального обучения необходимо при выполнении детьми персональных заданий, которые они должны выполнить самостоятельно.

Основным организационным принципом построения программы «Школа мяча» является углубление представлений дошкольников об элементах доступных видов спортивных игр и практическое освоение техникой волейбола, баскетбола, футбола.

Методы обучения, используемые в программе: словесный, наглядный, практический, игровой, проблемный. Из словесных методов используются мини беседа, рассказ, объяснение. Этот метод важен при изучении новых элементов, правил игры.

Из наглядных методов обучения используются показ выполнения упражнений, правил игры взрослым и ребенком, просмотр видеозаписи игры, мультимедиа слайдов иллюстрирующих технику выполнения элемента.

Из практических методов физического воспитания в занятиях широко применяется игровой метод, так как является наиболее эффективным в процессе обучения и воспитания дошкольника.

Проблемный метод на занятиях используется в виде наблюдения, как самостоятельно, так и под руководством педагога, что способствует привлечению детей к анализу различных игровых ситуаций, давая воспитанникам решать игровые проблемы самостоятельно.

Структура организации занятия.

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

Основная часть: ОРУ, упражнения с мячом, элементы спортивных игр, подвижные игры, эстафеты с мячом.

Заключительная часть: малоподвижная игра, ходьба, релаксация.

(Занятия проводятся в спортивном зале, в теплое время года на спортивной площадке).

Работа с родителями.

Формы работы с родителями осуществляются по следующим направлениям:

Дать знания родителям о том, что должны уметь дети в работе с 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».

Прогнозируемые результаты освоения программы:

- знает названия спортивных игр с мячом;
- имеет представление об истории и правилах различных игр с мячом;
- знает приёмы и правила использования спортивного оборудования;
- свободно выполняет разнообразные манипуляции с мячом: ведение, держание, передача, ловля, броски в процессе движения, прицеливание, отбивание, подбрасывание, перебрасывание, соединение движений с хлопками, различными поворотами;
- проявляет желание играть в популярные спортивные игры: волейбол, баскетбол, футбол.

Механизм оценивания образовательных результатов.

Низкий уровень: неуверенно выполняет сложные упражнения с мячом. Не замечает своих ошибок. Не обращает внимание на качество действий с мячом. Не соблюдает заданный темп и ритм с мячом.

Средний уровень: 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 уровень: уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом. Способен придумать новые варианты действий с мячом.

Формы подведения итогов реализации программы.

- Открытый показ организованной деятельности по дополнительному образованию для родителей и педагогов
- Участие в методических объединениях и мероприятиях различного уровня
- Видеоматериал
- Фотоотчет
- Интернет ресурсы

Учебный план спортивного кружка «Школа мяча»

Дисциплина	Возрастная группа	Количество детей	Количество занятий (часов) в неделю	Количество занятий (часов) в месяц	Количество занятий (часов) в год	Время проведения
Спортивный кружок «Школа мяча»	Подготовительная	10	1 (30 минут)	4 (4 часа)	36 (часов)	15.30 – 16.00

Учебно-тематический план

№	Раздел	Кол-во	Теория	Практика
1	Диагностика	4		4

2	История возникновения мяча	1	1	
3	Беседа о спортивной игре «волейбол»	1	1	
4	Беседа о спортивной игре «баскетбол»	1	1	
5	Беседа о спортивной игре «футбол»	1	1	
6	Броски мяча	4		4
7	Подбрасывание мяча	2		2
8	Перебрасывание мяча в парах	3		3
9	Перебрасывание мяча через сетку	3		3
10	Ведение мяча	5		5
11	Отбивание мяча	4		4
12	Забрасывание мяча в корзину	3		3
13	Знакомство с мячами - фитболами	1	1	
14	Упражнения с мячами - фитболами	2		2
15	Итоговое	1		1
	Итого:	36	5	31

Календарно-тематическое планирование

Месяц	Тема занятия	Задачи	Содержание
сентябрь	Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Ведение мяча в движении - 10 раз, не теряя мяча (дети передвигаются на слегка согнутых ногах, наклоняя тело несколько вперед, рука ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху и от себя, равномерно, согласованно с передвижением). ❖ Броски мяча в корзину 2-мя руками из-за головы (с расстояния 3м., высота 2 м.) ❖ Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте ❖ Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении ❖ Ведение мяча ногой в

			<p>движении - 10м. не теряя мяча</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Броски мяча ногой в цель на меткость (4 из 10)
	Диагностика	<p>1. Выявить уровень физической подготовленности детей.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча через сетку. ❖ Перебрасывание мяча друг другу. ❖ Отбивание мяча на месте. ❖ Подбрасывание мяча с хлопками в движении. ❖ Броски мяча в цель на меткость.
октябрь	История возникновения мяча	<p>1. Углубить представление детей о спортивных играх с мячом. 2. Познакомить с историей возникновения мяча. 3. Развивать ориентировку в пространстве.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Знакомство с историей возникновения мяча. ❖ Беседа «Спортивные игры с мячом». ❖ Д/и «Что это за мяч?» П/и «Горячая картошка», «Акулы»
	Беседа о спортивной игре «Волейбол»	<p>1. Познакомить детей со спортивной игрой волейбол, правилами игры. 2. Закреплять умение мягко ловить мяч кистями рук. 3. Воспитывать целеустремленность</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Беседа о спортивной игре «Волейбол» ❖ Броски мяча вверх и ловля его на месте не 20 раз П/и «Ловишка с мячом»
	Беседа о спортивной игре «Баскетбол»	<p>1. Познакомить детей со спортивной игрой баскетбол, правилами игры. 2. Упражнять в забрасывании мяча в корзину, мягкой ловле кистями рук. 3. Развивать глазомер, ловкость.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Беседа о спортивной игре «Баскетбол» ❖ Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо ❖ Броски мяча вверх с хлопком. П/и «Охотники и куропатки»
	Беседа о спортивной игре «Футбол»	<p>1. Познакомить детей со спортивной игрой</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Беседа о спортивной игре «Футбол» ❖ Забрасывание мяча в

		<p>футбол, правилами игры.</p> <p>2. Закреплять умение мягко ловить мяч ногой.</p> <p>3. Воспитывать целеустремленность</p>	<p>ворота.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Броски мяча друг другу. П/и «Охотники и куропатки»
	Броски мяча	<p>1. Учить бросать мяч об пол и ловить его в движении не менее 10 раз подряд.</p> <p>2. Закрепить навык перебрасывания мяча от плеча одной рукой.</p> <p>3. Закреплять навык передачи друг другу мяча с помощью ног.</p> <p>4. Развивать глазомер, координацию движений.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 20 раз) ❖ Перебрасывание мяча снизу, от плеча одной рукой (3 – 4 м.) ❖ Передача мяча друг другу парами, в тройках П/и «Лови – не лови»
ноябрь	Броски мяча	<p>1. Учить бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно.</p> <p>2. Развивать ловкость при ловле мяча с поворотом кругом.</p> <p>3. Останавливать мяч в движении.</p> <p>4. Воспитывать настойчивость в достижении результатов.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно. ❖ Броски мяча вверх с поворотом кругом ❖ Присесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги, поймать мяч ❖ Остановка движущегося мяча с помощью ног П/и «Мяч в воздухе»
	Отбивание мяча	<p>1. Учить отбивать мяч по кругу.</p> <p>2. Закреплять умение бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно.</p> <p>3. Закреплять умение отбивать движущийся мяч ногой.</p> <p>4. Развивать</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Отбивание мяча по кругу ❖ Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно ❖ Перебрасывание мяча друг другу разными способами ❖ Остановка и отбивание мяча с помощью ног П/и «Кого назвали, тот и ловит»

		внимание, координацию движений.	
	Перебрасывание мячей	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить перебрасывать и ловить два мяча одновременно. 2. Упражнять ведению мяча по кругу. 3. Совершенствовать прыжки. 4. Совершенствовать умение передавать друг другу мяч ногой в движении. 5. Развивать ловкость. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание двух мячей в парах одновременно ❖ Ведение мяча, продвигаясь по кругу ❖ Прыжки на мячах - хопсах ❖ Передача мяча ногой в движении <p>П/и «Охотники и зверь»</p>
	Отбивание мяча	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. 2. Упражнять в метании набивного мяча на дальность. 3. Развивать чувство ритма. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Отбивание мяча поочередно правой, левой рукой несколько раз подряд ❖ Перебрасывание двух мячей в парах одновременно ❖ Метание набивного мяча на дальность <p>П/и «Гонка мячей по шеренгам»</p>
декабрь	Балансировка на фитболе	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить балансированию на фитболе, сохраняя равновесие. 2. Продолжать учить перебрасывать мяч через сетку. 3. Совершенствовать навыки ведения мяча. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Балансировка на фитболе (сидя, стоя на коленях, руки в стороны; лежа на животе, руки в стороны) ❖ Перебрасывание мяча через сетку ❖ Ведение мяча в движении <p>П/и «Меткий стрелок»</p>
	Забрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> 1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. 2. Упражнять в быстрой смене движений. 3. Закреплять умение ловко принимать, быстро 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Забрасывание мяча в корзину с трех шагов ❖ Прокатывание набивного мяча из разных и.п. ❖ Перебрасывание мяча через сетку одной рукой, ловля двумя руками ❖ Броски мяча в ворота в движении

		и точно передавать мяч партнеру. 4. Закреплять умение забрасывать мяч в ворота в движении. 5. Развивать ориентировку в пространстве.	П/и «Горячая картошка»
	Бросание и ловля мяча	1. Учить соразмерять силу броска с расстоянием. 2. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук. 3. Развивать глазомер.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Бросание и ловля набивного мяча ❖ Забрасывание мяча в корзину с трех шагов ❖ Перебрасывание мяча в парах разными способами П/и «Пятнашки на улисточках»
	Ведение мяча	1. Учить вести мяч с поворотом. 2. Закрепить умение делать хороший замах, энергичный бросок. 3. Закрепить умение вести мяч ногой, с помощью ориентиров. 4. Развивать выносливость.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Ведение мяча с поворотом ❖ Бросание мяча до указанного ориентира ❖ Прыжки на мячах - хоппах ❖ Ведение мяча ногой с помощью ориентиров П/и «Мяч капитану»
январь	Ведение мяча	1. Учить управлять мячом, мягко отталкивая кистью. 2. Закреплять умение работать в парах. 3. Упражнять в произвольном действии мячом 4. Развивать внимание.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Ведение мяча, продвигаясь бегом. ❖ Перебрасывание мяча через сетку в парах ❖ Подбрасывание и ловля мяча с поворотом П/и «Мяч - ловцу»
	Перебрасывание мяча	1. Учить ловко принимать и точно передавать мяч друг другу во время ходьбы. 2. Упражнять в быстрой смене движений.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы ❖ Ведение мяча с поворотами ❖ Отбивание мяча по кругу. ❖ Передача мяча ногой в

		<p>3. Упражнять в умении передачи мяча в движении.</p> <p>4. Развивать ориентировку в пространстве.</p>	<p>движении</p> <p>П/и «Мельница»</p>
	Броски мяча	<p>1. Учить отбивать мяч ладонями в движении</p> <p>2. Упражнять ведению мяча в беге.</p> <p>3. Упражнять в перебрасывании мяча ногой друг другу в движении.</p> <p>4. Развивать глазомер, ловкость, чувство ритма.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Броски мяча о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать ❖ Ведение мяча, продвигаясь бегом ❖ Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно <p>П/и «Ловишка с мячом»</p>
февраль	Забрасывание мяча	<p>1. Закреплять навык забрасывания мяча в корзину.</p> <p>2. Упражнять в быстрой и точной передаче мяча в парах, во время ходьбы.</p> <p>3. Упражнять в умении броска в ворота на меткость.</p> <p>4. Развивать глазомер, ловкость.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3 шагов) ❖ Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы ❖ Бросание мяча в вертикальную цель (с 3-4м.) ❖ Бросок мяча ногой в ворота на меткость <p>П/и «Попади мячом в цель»</p>
	Передача мяча	<p>1. Учить определять направление и скорость мяча, удерживать кистями рук.</p> <p>2. Упражнять в перебрасывании набивного мяча в парах.</p> <p>3. Передача мяча в парах.</p> <p>4. Развивать координацию движений.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую в движении ❖ Перебрасывании мяча друг другу во время ходьбы ❖ Перебрасывание набивного мяча в парах <p>П/и «Мельница»</p>
	Балансировка на фитболе	<p>1. Закреплять навык устойчивого равновесия при балансировке на фитболе.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Лежа на животе на фитболе, поворот на спину ❖ Балансировка на фитболе лежа на

		<p>2. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук.</p> <p>3. Развивать внимание.</p>	<p>животе</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча через сетку двумя руками из-за головы П/и «Охотники и куропатки»
	Отбивание мяча	<p>1. Закреплять умение отбивать мяч ладонями в нужном направлении.</p> <p>2. Упражнять в точной передаче мяча друг другу.</p> <p>3. Закреплять умение останавливать мяч ногой в движении.</p> <p>4. Совершенствовать технику движений.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении ❖ Перебрасывание мяча друг другу в парах во время бега ❖ Остановка и передача мяча в движении П/и «не урони мяч»
март	Ведение мяча	<p>1. Учить мягкими, плавными движениями вести мяч в разных направлениях.</p> <p>2. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину.</p> <p>3. Закреплять умение вести мяч ногой с помощью ориентиров.</p> <p>4. Развивать ориентировку в пространстве.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Ведение мяча в разных направлениях, с остановкой на сигнал ❖ Бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы ❖ Ведение мяча в движении ❖ Прыжки на мячах – хоппах П/и «Лови – не лови»
	Ведение мяча	<p>1. Продолжать учить мягкими, плавными движениями вести мяч в разных направлениях, останавливаться на сигнал.</p> <p>2. Упражнять в слитном выполнении замаха и броска мяча в корзину с разного</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Ведение мяча правой, левой рукой в разных направлениях, с остановкой на сигнал ❖ Бросание мяча в корзину от плеча с разного расстояния П/и «Пятнашки на улисточках»

		расстояния.	
	Забрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить занимать правильное и.п. при забрасывании мяча в корзину. 2. Закреплять умение гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук. 3. Закреплять умение броска мяча ногой в ворота на меткость. 4. Отрабатывать навык отбивания мяча на месте. 5. Развивать выносливость. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Забрасывание мяча в корзину с трех шагов ❖ Отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении ❖ Бросок мяча в ворота на меткость ❖ Отбивание мяча на месте <p>П/и «Футбол»</p>
	Броски мяча	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять умение правильно ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. Упражнять в точной передаче мяча друг другу. 3. Развивать глазомер, ловкость. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Броски мяча с хлопком и ловля его в движении ❖ Перебрасывание 2 мячей одновременно в парах ❖ Перебрасывание мяча друг другу от плеча одной рукой (3-4м.) <p>П/и «Салки с мячом»</p>
апрель	Перебрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать точность движений при переброске мяча через сетку. 2. Отрабатывать навык ведения мяча змейкой. 3. Отрабатывать умение передачи мяча ногой в движении. 4. Совершенствовать прыжки на мячах - хоппах. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча через сетку, отбивание толчком двух ладоней ❖ Ведение мяча змейкой, с остановкой на сигнал ❖ Передача мяча ногой в движении ❖ Прыжки на мячах - хоппах <p>П/и «Гонка мячей по шеренгам»</p>
	Перебрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами. 2. Закреплять умение видеть мяч, 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу ❖ Отбивание фитбола двумя руками в ходьбе ❖ Перебрасывание мяча через сетку

		быстро реагировать на его полет. 3. Развивать координацию движений.	П/и «Пятнашки на улиточках»
	Ловля мяча	1. Упражнять в быстром реагировании на мяч, летящего на разной высоте. 2. Упражнять в слитном выполнении замаха и броска при забрасывании мяча в корзину. 3. Развивать быстроту, сообразительность.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Забрасывание мяча в корзину от плеча с разного расстояния ❖ Ловля мяча, летящего на разной высоте ❖ Метание набивного мяча на дальность П/и «Мяч в воздухе»
	Ведение мяча	1. Упражнять мягкому, плавному движению мяча с дополнительными заданиями. 2. Развивать силу броска. 3. Упражнять в перебрасывании мяча во время движения.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Ведение мяча с дополнительными заданиями ❖ Бросание мяча до указанного ориентира ❖ Перебрасывание мяча друг другу в парах во время бега, ходьбы П/и «Меткий стрелок»
май	Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Ведение мяча в движении - 10м. не теряя мяча (дети передвигаются на слегка согнутых ногах, наклоняя тело несколько вперед, рука ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху и от себя, равномерно, согласованно с передвижением) ❖ Броски мяча в корзину 2-мя руками из - за головы (с расстояния 3м., высота - 2м.)

			<ul style="list-style-type: none"> ❖ Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте ❖ Броски мяча об пол и ловля двумя руками в движении ❖ Ведение мяча ногой в движении - 10м. не теряя мяча ❖ Броски на меткость мяча в ворота (4 из 10)
	Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча через сетку ❖ Перебрасывание мяча друг другу ❖ Отбивание мяча на месте ❖ Подбрасывание мяча с хлопками в движении ❖ Броски мяча в ворота на меткость
июнь - август	<p>Развлечение «Разноцветный быстрый мяч»</p> <p>Спортивный праздник «День большого мяча»</p>		<p>Игры и игровые упражнения с мячом</p> <p>Элементы спортивных игр</p> <p>Игры – эстафеты с мячом</p>

Организационно-педагогические условия реализации программы.

1. Материально-техническое обеспечение.
2. Информационное обеспечение.
3. Дидактическое обеспечение

Материально-техническое обеспечение:

- учебно–тематический план;
- спортивное оборудование: мячи разного веса и диаметра (детские резиновые, волейбольные, мини - баскетбольные, футбольные); баскетбольные корзины; волейбольная сетка; футбольные ворота; набивные мячи; мячи-хоппы; конусы-ориентиры.

Информационное обеспечение:

1. [http://thelib.ru/books/s/](http://thelib.ru/books/s;);
2. http://www.maam.ru/detskijasad/sportivnye_igry_v_detskom_sadu.html;
3. http://cherepanova.usinskdetsad22.ru/dopolnitelnoe_obrazovanie/8

dopolnitelnoe obrazovanie ru / index:// dsn;

4. [http . php / osnovnaya obshcheobrazovatel'naya programma/ programma](http://www.osnovnaya-obshcheobrazovatel'naya-programma.ru/)
dopolnitelnogo obrazovaniya.

Дидактическое обеспечение:

- схемы, плакаты, раздаточный материал;
- картотека комплексов упражнений, подвижных игр;
- аудио и видео материалы.

Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. №2620-р.
5. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
6. Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Для педагога дополнительного образования:

1. Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!» Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет - М.: АРКТИ, 2004. - 144с.
2. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» - издательство НЦ ЭНАС, 2004.
3. Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. - М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010.
4. Николаева Н.И. Школа мяча. Учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений СПб. «Детство - Пресс», 2012 .-96с.
5. Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет» - «Детство-пресс», 2009.
6. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет – М.: Мозаика-Синтез, 2014.
7. Филиппова С.О. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения» - «Детство-пресс», 2011.
8. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей старших дошкольников» - издательство «Детство-пресс», 2010.
9. Журнал Инструктор по физкультуре №3 /2013 – «Школа мяча» ТЦ Москва «Сфера» 2013г.
10. Журнал Инструктор по физкультуре №4/ 2013 Москва ТЦ «Сфера» 2013г.

Для родителей:

1. Железняк Н.Ч., Желобкович Е.Ф. 100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009.
2. Змановский Ю.Ф. Здоровый ребенок. - М.: ЛИНКА - ПРЕСС, 2000.
3. Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья: Программа оздоровления дошкольников - Издательство ТЦ Сфера, 2007.