



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА «МАСТЕР»

Принята на заседании
Педагогического совета
протокол № 6
от «30» 11 2020 г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО ЦТ «Мастер»
В. А. Баженова В.А. Баженова
приказ № 154-О от «01» 12 2020 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности

«Школа мяча»

(спортивные игры с мячом)

Стартовый уровень

Возраст учащихся: 5-7 лет

Срок реализации: 72 часа

Разработчик: Бородина Анна Григорьевна,
педагог дополнительного образования

Приполярный, 2020



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА «МАСТЕР»**

Принята на заседании
Педагогического совета
протокол № _____
от «___» _____ 20__ г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО ЦТ «Мастер»
_____ В.А. Баженова
приказ № ___-О от «___» ___ 20__ г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

физкультурно-спортивной направленности

«Школа мяча»

(спортивные игры с мячом)

Стартовый уровень

Возраст учащихся: 5-7 лет

Срок реализации: 72 часа

Разработчик: Бородина Анна Григорьевна,
педагог дополнительного образования

Приполярный, 2020

Паспорт программы

1.	Полное название программы	Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Школа мяча»
2.	Основание для разработки программы	<ul style="list-style-type: none"> • Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». • Постановление правительства ХМАО-Югры от 05.10.2018 года № 338-п «О государственной программе ХМАО-Югры «Развитие образования» • Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». • СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41). • Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ». • Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в образовательных организациях на территории Ханты-Мансийского автономного округа-Югры (проект).
3.	Автор-разработчик программы	Бородина Анна Григорьевна, педагог дополнительного образования МБОУ ДО Центр творчества «Мастер»
4.	Руководитель программы	Бородина Анна Григорьевна, педагог дополнительного образования МБОУ ДО Центр творчества «Мастер»
5.	Рецензенты программы	-
6.	Организация заявитель	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Центр творчества «Мастер»
7.	Адрес организации	628158, Российская Федерация, Ханты-Мансийский автономный округ-Югра, Березовский район, сп. Приполярный, 2 микрорайон, дом 2а, корпус 2. cdtmaster@yandex.ru
8.	Адрес реализации программы	628158, Российская Федерация, Ханты-Мансийский автономный округ-Югра, Березовский район, п. Хулимсунт, 3 микрорайон, дом 22 а.
9.	Тип программы	Общеобразовательная общеразвивающая

10.	Направленность программы	физкультурно-спортивная
11.	Год разработки программы	2020
12.	Год последней корректировки программы	2020
13.	Уровень освоения программы	стартовый
14.	Форма реализации программы	групповая
15.	Целевые группы	обучающиеся 5-7 лет
16.	Сроки реализации программы	1 год
17.	Цель программы	Обогащение двигательного опыта, приобщение детей к большому спорту, через обучение спортивных игр с мячом.
18.	Краткое содержание программы	Программа «Школа мяча» знакомит дошкольников с основными правилами спортивных игр с мячом (баскетбол, футбол) поможет разучить правила игры, правильно действовать на площадке.
19.	Ожидаемые результаты	в результате обучающиеся научатся двигаться быстро, усвоят навыки движений, овладеют правильными способами их выполнения; научатся самостоятельно действовать с мячом, обогатится двигательный опыт.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа мяча» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Постановление правительства ХМАО-Югры от 05.10.2018 года № 338-п «О государственной программе ХМАО-Югры «Развитие образования»
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41).
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ».
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в образовательных организациях на территории Ханты-Мансийского автономного округа-Югры.

Программа «Школа мяча» имеет физкультурно-спортивную направленность¹ относится к стартовому уровню², что является первой

¹ Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

² Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в образовательных организациях на территории Ханты-Мансийского автономного округа-Югры, Письмо Министерства образования и науки

ступеню в освоении двигательных навыков и умений в спортивных играх с мячом.

Мяч - это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания. Упражнения в бросании, катании, ведении мяча способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствует пространственную ориентировку, формируют умения действовать с мячом, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилие с расстоянием, развивают выразительность движений. Занимаясь с мячами различного веса и объёма, развиваются не только крупные мышцы, но и мелкие.

При систематическом обучении дети без проблем совершают сложные координированные движения, начинают логически осмысливать свои действия, значительно улучшаются навыки владения мячом: свободно держать, передавать, бросать, вести мяч, следить за ним. Кроме того, правильно подобранные упражнения с мячом могут способствовать выработке таких психологических качеств, как внимательность, инициативность, целеустремленность.

Актуальность данной программы по физическому воспитанию улучшению физического развития, физической подготовленности детей, развитию ловкости, координации, глазомера, согласованности движений, воспитанию морально-волевых качеств.

Новизна дополнительной образовательной программы «Школа мяча» позволит 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.

Программа *адресована* детям с 5 до 7 лет (дошкольники).

Срок реализации программы – 1 учебный год (9 месяцев), 36 недель, 72 часа.

Цель программы - обогащение двигательного опыта, приобщение детей к большому спорту, через обучение спортивных игр с мячом.

Задачи программы:

обучающие:

- развивать основные движения и действия с мячом;
- обучить элементам и техники игры в баскетбол, футбол;
- обучить правилам спортивных игр;

развивающие:

- развивать координацию, глазомер, ритмичность, согласованность движений;
- развитие умение ориентироваться в пространстве (как с мячом, так и без мяча);
- развитие физические качества ребёнка: быстроту, ловкость, выносливость, силу;

воспитательные:

- воспитывать нравственность, личные качества (активность, самостоятельность, дружелюбность);
- воспитывать чувство товарищества, чувство личной ответственности;

Условия реализации программы – в творческое объединение принимаются все желающие в возрасте 5-7 лет (мальчики и девочки). Без специальных знаний, умений и навыков. Форма организации деятельности – групповая, количество обучающихся в группе – 15. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 30 минут, что соответствует требованиям СанПин 2.4.4.3172-14³.

³ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14. – Приложение №3 (Рекомендуемый режим).

Содержание программы «Школа мяча» строится на основе элементов спортивных игр, которые формируют ценностное отношение к здоровому образу жизни, совершенствуют двигательную деятельность у детей в процессе организации занятий.

Отбор содержания программы проводится по принципу наглядности, систематичности, нравственности, сознательности, доступности индивидуальности с учетом познавательных и коммуникативных потребностей дошкольников, психологических особенностей данной возрастной категории, с учетом ведущей игровой деятельности.

Реализация программы «Школа мяча» предусматривает преподавание материала по «восходящей спирали», от простого к сложному, то есть периодическое возвращение к определенным приемам на более высоком и сложном уровне. Все задания соответствуют по сложности детям данного возраста. Это гарантирует успех каждого ребенка и, как следствие воспитывает уверенность в себе.

Отбор содержания программы основывается на следующих **принципах**:

- наглядности – заключается в создании у ребенка при помощи различных органов чувств представление о движении;
- доступности – предусматривает обучение с учетом возрастных половых особенностей и индивидуальных различий, уровня их физической подготовленности;
- систематичности – суть принципа раскрывается в чередовании нагрузки и отдыха;
- воспитывающей нравственности – в процессе, которого решаются воспитательные задачи.
- сознательности - основополагающий принцип обучения движениям. Он направлен на понимание детьми сути производимого ими того или иного движения.

Активное освоение физических навыков, содействие всестороннему развитию личности дошкольников посредством формирования у них физической

культуры, слагаемыми которой является сохранение и укрепление здоровья, пропаганда и приобщение к здоровому образу жизни.

Все разделы программы включают материал, близкий и доступный детям, обуславливают естественное развитие дошкольника в учреждении дополнительного образования.

Содержание групповых занятий

В процессе реализации программы используются разнообразные формы занятий, что обусловлено учебно-тематическим планом и задачами.

- Каждое занятие имеет цель, конкретное содержание, определенные методы организации учебно-педагогической деятельности;
- Любое занятие имеет определенную структуру, т.е. состоит из отдельных взаимосвязанных этапов (вводная часть (разогрев), основная часть (отработка правил, основных движений, игра; заключительная часть (релаксация, итог).
- Построение учебного занятия осуществляется по определенной логике, когда тип занятия соответствует его цели и задачам;
- Для занятий разработаны методические комплексы, состоящие из информационного материала и конспектов; технологических и инструкционных карт; материалов для контроля и определения результативности занятий: тесты, схемы и алгоритмы заданий.

Дополнительная образовательная программа «Школа мяча» включает два основных вида деятельности – теоретический и практический.

Формы	Описание
Теоретическое занятие	Инструктажи по технике безопасности. Правила спортивных игр, их влияние на характер и содержание игры. Изложение основных положений из разделов правил игры. Методика судейства. Роль и значение судьи. Руководство игрой. Обязанности судьи.
Практическое занятие	Учить основным элементам, ведению мяча, остановка, игра в нападение и защите, передача мяча, тренировочные игры, игры по упрощенным правилам

Итоговое занятие	Проведение спортивных праздников «Веселые старты» с элементами спортивных игр
------------------	---

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- повышение интереса учащихся к игровым видам спорта;
- развитие творческого потенциала в области физической культуры с применением навыков владения мячом.

Метапредметные результаты:

- воспитание самостоятельности в организации собственной физкультурно-оздоровительной деятельности;
- обучение составлению индивидуального комплекса упражнений в соответствии с состоянием здоровья.

Предметные результаты:

- знания/ представлений о технике и правилам спортивных игр с мячом, история возникновения игр, особенности мячей. Бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования к мерам техники безопасности.

Отчетное спортивное мероприятие перед родителями в конце года, участие в мероприятиях детского сада.

Средства, необходимые для реализации программы:

Для успешной реализации программы «Школы мяча» необходимы техническое оснащение и материалы.

1. Мячи баскетбольные.
2. Мячи футбольные.
3. Сетка для переноса мячей.
4. Насос, фишка разметочная.
5. Метболы 1 кг.
6. Свисток тренерский, секундомер, лента мерная.

7. Стойки для обводки.
8. Баскетбольные корзины.
9. Форма: спортивный костюм теплый, спортивный костюм легких.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ пп	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации (контроля) по разделам
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктажи. Обследование детей.	4	4	-	Беседа
2.	Правила спортивных игр (баскетбол, футбол).	10	8	2	Обсуждение по теме
3.	Основные элементы и приемы техники спортивной игры футбола.	16	-	16	Контроль за выполнением, индивидуальн ая работа.
4.	Основные элементы и приемы техники спортивной игра баскетбол.	16	-	16	Контроль за выполнением, индивидуальн ая работа.
5.	Подвижные игры с элементами баскетбола, футбола. Тренировочные игры.	26	2	24	Выполнение контрольных упражнений
	Всего:	72	14	58	

Календарный учебный график на 2020- 2021 учебный год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	07.09.2020	30.05.2021	36	72 часа	Два раза в неделю по 30 минут

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Формы и методы реализации программы:

1. Специально организованные занятия.
2. Игровые упражнения.
3. Групповые.
4. Подгрупповые.
5. Индивидуальные.
6. Упражнение по овладению техники с мячом.
7. Общеразвивающие упражнения.

1. Методические рекомендации по структуре занятий:

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

Основная часть: ОРУ, упражнения с мячом, элементы спортивных игр, п/и, эстафеты с мячом, игра футбол, волейбол, баскетбол.

Заключительная часть: м/п игра, ходьба, релаксация.

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

2. Методика обучения игре в баскетбол.

Успешное выполнение игровых действий с мячом связано с овладением детьми наиболее целесообразными приемами перемещения по площадке. Детей учат принимать основную стойку баскетболиста: ноги умеренно согнуты в коленях, расставлены на ширину плеч, одна из них выставлена на полшага вперед; тяжесть тела распределяется на обе ноги равномерно; руки согнуты в локтях, прилегают к туловищу.

Передвижение по площадке осуществляется преимущественно бегом, который сочетается с ходьбой, остановками, поворотами и прыжками. Упражнения в перемещении по площадке совмещаются с действиями с мячом. Следует помнить, что, удерживая мяч двумя руками, ребенок должен охватывать его широко расставленными пальцами не совсем сбоку, а несколько сзади. Мяч лучше держать так, чтобы он не закрывал лицо

играющего и не ограничивал видимости. При ловле мяча его встречают руками, захватывают пальцами и, сгибая руки, мягко подтягивают к себе, не прижимая к груди. Кисти рук при этом должны быть расслаблены, а ноги надо эластично сгибать. Передача мяча и его ловля выполняются сначала с места, потом в движении, одновременно двумя (от груди) и одной рукой (от плеча). Эти упражнения усложняют последовательно. От индивидуальных действий с мячом детей переводят к упражнениям парами. Позднее группе детей начинают приучать к правильной технике передачи мяча: в правильной стойке, держа мяч на уровне груди двумя руками, ребенок совершает небольшое дугообразное движение к туловищу по направлению вниз - на грудь, а затем, разгибая одновременно руки и ноги и действуя всем корпусом, он посылает мяч активным движением кистей вперед.

Броскам мяча в корзину детей обучают одновременно с обучением передаче мяча, так как эти движения сходны по структуре. Однако в броске мяча, в отличие от передачи, ребенок описывает мячом, который он удерживает в исходном положении у груди, небольшую дугу вниз на себя, а затем бросает его, выпрямляя руки вверх, но не вперед. Одновременно разгибаются ноги, туловище устремляется вверх - вперед, происходит приподнимание на носки, руки сопровождают полет мяча, отталкивают его кистями, направляя в корзину. Прицеливаясь, следует смотреть в ту точку, в которую хочешь попасть мячом, поднимая при этом голову. Детей упражняют в бросании мяча в цель через веревку, сетку, высота которых постепенно увеличивается.

Педагог не добивается от воспитанников целиком правильных движений. Он старается всесторонне подготовить их к усвоению необходимых для игры приемов, формируя навыки самых разнообразных действий с мячом.

В группе продолжается усвоение приемов передачи, ловли, ведения и броска мяча друг другу. Задания постепенно усложняются. Формируются умения применять названные действия в игровых условиях, сочетать их между собой и с другими действиями с мячом и без него, в зависимости от игровой

ситуации. Целесообразно варьировать условия выполнения этих действий. При этом усложняется взаимодействие игроков между собой.

Когда дети хорошо овладевают способами ловли и передачи мяча, эти действия начинают применять в сочетании с бросанием мяча в корзину.

Вырабатываются непринужденность и ритмичность действий. Совершенствуются навыки отталкивания мяча мягким движением кисти. Детей учат броску мяча в корзину после предварительной остановки. Для выполнения броска рекомендуется выставлять одну ногу на полшага вперед (мяч в это время находится на ладони согнутой в локте руки и придерживается другой рукой), а затем, разгибая ноги и одновременно выпрямляя руку с мячом вверх - вперед, мягким толчком кисти направлять мяч в корзину.

3.Методика обучения игре в футбол.

Для организации занятий по физическому воспитанию с детьми старшего возраста на основе использования элементов игры в футбол необходимо осуществить ряд последовательных мероприятий. Суть их заключается в подготовке мест и инвентаря в спортивном зале или на спортивной площадке, подборе соответствующих возрастным особенностям способов владения мячом, создании условий выполнения различных движений в голеностопном, коленном и тазобедренном суставах, использовании упражнений для двигательного действия футболиста (удары по мячу, передачи, остановки, ведения).

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

В процессе деятельности необходимо использовать упражнения, в условиях обеспечивающих интеграцию познавательной и двигательной

деятельности детей. Для этого необходимо подготовить спортивный _ инвентарь и оборудование с дидактической символикой (мячи, ворота, ориентиры, мишени, обводки).

Игра в футбол по упрощенным правилам проводится малыми командами от 2 до 4 человек. Рекомендуемая длительность игры - два тайма по 5 минуты. Перед игрой детей повторяют правила игры в футбол.

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

Информационные источники

Список литературы для педагога:

1. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. - М.: «Просвещение», 1992 г.
2. Вайн Х. Как научиться играть в футбол.- М: Терра Спорт, 2004.
3. Волошина Л.Н. Игры с элементами спорта: мет.пос.- М.: Изд. «Гном», 2004.
4. Гордина Н.Г., Шкляр О.Б.. Методика обучения элементам техники баскетбола. - Череповец, 2001 г.
5. Доронова Т.Н., Голубева Л.Г. Программа для родителей и воспитателей. - М.: Просвещение, 2002.
6. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Растем здоровыми. - М.: Просвещение, 2002.
7. Железняк Ю.Д. Спортивные игры. - М.: Академия, 2001.
8. 12.Казаков С.В. Спортивные игры. Справочник. - Ростов н/Д: Феникс, 2004.
9. Кенеман А.В., Осокина Т.И. Детские подвижные игры народов.

Список литературы для детей и родителей:

1. Ник Сортэл. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. - М.: Астрель, 2002.

- 2.Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. - М.: Просвещение, 1986.
- 3.
- 4.Программа «Школа мяча» // Автор. - сост. Валькова Л.Л., Шивринская С.Е. - Череповец, 2007.
- 5.Рунова М.А. Двигательная активность детей в детском саду. - М.: «Мозаика - Синтез», 2002.

**Приложение №1 к
ДООП «Школа мяча» (стартовый уровень)**

Диагностика

Результатом работы считаю – положительную динамику в развитии физических функций воспитанников. Дети показывают достаточный уровень развития физических качеств, отдельных качественных сторон двигательных возможностей человека: быстроты, силы, гибкости, равновесия, выносливости и ловкости, достаточный уровень развития основных движений. Диагностика уровня развития двигательной сферы воспитанников (умение владеть мячом)

С целью оценки двигательных умений с мячом воспитанникам предлагались следующие упражнения:

- ведение мяча с изменением направления;
- ведение мяча, удары по ворота, игра в пас;
- остановка мяча, повороты, прием мяча;
- передачи мяча в парах внутренней стороной стопы.
- перебрасывание мяча в движении, с отскоком, одной и двумя руками;
- отбивание мяча на месте и в движении, по кругу;
- ведение мяча, продвигаясь между предметами, с поворотами, продвигаясь бегом, прыжками;
- бросание мяча в цель, из разных исходных положений, вдаль до указанного ориентира;
- забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.

Результаты заносятся в таблицу (см. ниже) и суммируются. В зависимости от общего количества баллов (по всем видам музыкальной деятельности) определяется уровень музыкального развития каждого ребенка.

Высокий уровень:

Средний уровень:

Низкий уровень:

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА

Ф.И. ребенка	Общая физическая подготовка	Техника выполнения игровых элементов футбола	Техника выполнения игровых элементов баскетбола	Итог

Приложение №2 к
ДООП «Школа мяча» (стартовый уровень)

Календарно-тематическое планирование на 2020-2021 учебный год

№ пп	Дата	Тема занятия	Количество часов		
			теория	практика	всего
1.	07.09.20	Техника безопасности на занятиях футболом. История развития этой игры (футбола).	1		1
2.	09.09.20	Основные правила игры (футбол).	1		1
3.	14.09.20	Удары по неподвижному мячу. Удары по катящемуся мячу в движении.		1	1
4.	16.09.20	Бег с изменением направления. Вбрасывание мяча.		1	1
5.	21.09.20	Правила игры (угловой, штрафной удар ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы (теория)	1		1
6.	23.09.20	Игры с элементами сопротивления. Упражнения для вратаря. Правила судейства (теория)	1		1
7.	28.09.20	Комплекс физических упражнений. Футбол по упрощенным правилам.		1	1
8.	30.09.20	Удары по мячу внутренней стороной подъема.		1	1
9.	05.10.20	Ведение мяча на ограниченном участке футбольного поля. Основные позиции на поле, основные правила (теория)	1		1
10.	07.10.20	Эстафеты с различными передвижениями. Подвижная игра «За мячом противника».		1	1
11.	12.10.20	Встречная эстафета с обводкой препятствий. Передачи мяча в парах внутренней стороной стопы		1	1
12.	14.10.20	Ведение мяча по кругу. Комплекс физических упражнений.		1	1
13.	19.10.20	Удары правой, левой ногой по мячу после отскока. Игра на малые ворота		1	1
14.	21.10.20	Удары внешней частью подъема. Ведение мяча, обводка стоек. Двухсторонняя игра в футбол.		1	1
15.	26.10.20	Удары по мячу внутренней стороной подъема. Встречная эстафета с обводкой препятствий. Игра 6*6 по упрощенным правилам. Повторить правила жесты судей (теория)	1		1
16.	28.10.20	Ведение мяча по кругу с изменением скорости. Удары внешней частью подъема с преодолением препятствий.		1	1
17.	02.11.20	Ведение мяча, ускорение и удар. Эстафеты с ведением мяча на месте.		1	1

18.	04.11.20	Удары по катящемуся мячу. Прыжки с ноги на ногу на дистанции 15м. Тренировочная игра-15 мин.		1	1
19.	09.11.20	Остановка мяча. Игра 6*6 по упрощенным правилам.		1	1
20.	11.11.20	Эстафета с двумя мячами. Удар средней частью подъема. Тренировочная игра-20 мин.		1	1
21.	16.11.20	Ведение мяча в парах в различных направлениях		1	1
22.	18.11.20	Удар средней частью подъема. Тренировочная игра-15 мин.		1	1
23.	23.11.20	Удары по мячу внутренней стороной стопы. Двусторонняя игра.		1	1
24.	25.11.20	Ведение мяча внутренней стороной стопы. Игра в мини-футбол		1	1
25.	30.11.20	Техника безопасности на занятиях футболом. История развития этой игры (баскетбол).	1		1
26.	02.12.20	Основные правила игры (баскетбол).	1		1
27.	07.12.20	Бросок и ловля мяча снизу на месте. Основные правила игры (теория)	1		1
28.	09.12.20	Бросок и ловля мяча снизу на месте. Игра «Пятнашки».		1	1
29.	14.12.20	ОРУ. Ловля мяча на месте. Игра «Передача мяча в колоннах».		1	1
30.	16.12.20	ОРУ. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай – поймай». Правила судейских жестов (теория)	1		1
31.	21.12.20	Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей. Правила фола, штрафной бросок (теория)	1		1
32.	23.12.20	Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах».		1	1
33.	30.12.20	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.		1	1
34.	11.01.21	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Эстафеты. Игра «Мяч соседу».		1	1
35.	13.01.21	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Развитие координационных способностей.		1	1
36.	18.01.21	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Игра «Передал – садись».		1	1
37.	20.01.21	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами.		1	1
38.	25.01.21	Ведение мяча на месте. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу».		1	1
39.	27.01.21	Ведение мяча на месте. ОРУ. Игра «Мяч соседу».		1	1
40.	01.02.21	Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных способностей.		1	1
41.	03.02.21	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Развитие координационных способностей.		1	1
42.	08.02.21	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах».		1	1
43.	10.02.21	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.		1	1
44.	15.02.21	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Развитие координационных способностей.		1	1

45.	17.02.21	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Игра «Пятнашки».		1	1
46.	22.02.21	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Игра «Третий лишний».		1	1
47.	24.02.21	Ведение мяча в движении. ОРУ. Развитие координационных способностей.		1	1
48.	01.03.21	Ведение мяча в движении. Игра «Третий лишний».		1	1
49.	03.03.21	Ведение мяча на месте. ОРУ. Игра «Передал – садись».		1	1
50.	08.03.21	Передачи мяча на месте. Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Основные правила по баскетболу (теория)	1		1
51.	10.03.21	Передачи мяча на месте. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.		1	1
52.	15.03.21	Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении. Игра «Третий лишний».		1	1
53.	17.03.21	Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении. Тренировочная игра в баскетбол по основным правилам.		1	1
54.	22.03.21	Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении.		1	1
55.	24.03.21	Ловля и передача мяча на месте.		1	1
56.	29.03.21	Ведение мяча на месте и в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.		1	1
57.	31.03.21	Броски мяча в кольцо с места из-головы.		1	1
58.	05.04.21	Штрафной бросок от груди. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.		1	1
59.	07.04.21	Ведение мяча и бросок в движении.		1	1
60.	12.04.21	Бросок мяча в кольцо в прыжке. Игра в баскетбол по основным правилам. Повторить правила.	1		1
61.	14.04.21	Ведение мяча, ускорение и удар. Эстафеты с ведением мяча на месте. Двухсторонняя игра в футбол		1	1
62.	19.04.21	Комплекс физических упражнений. Ведение мяча, ускорение и удар. Эстафеты с ведением мяча на месте.		1	1
63.	21.04.21	Эстафеты с различными передвижениями. Подвижная игра «За мячом противника». Игра в ручной мяч.		1	1
64.	26.04.21	Передачи мяча на месте, движении (продольные, поперечные, диагональные, низкие, высокие).		1	1
65.	28.04.21	Штрафной удар по мячу в ворота. Двухсторонняя игра.		1	1
66.	03.05.21	Выполнение углового удара, удары по воротам.		1	1

67.	05.05.21	Комбинация: ведение, пас, прием мяча, удар по воротам.		1	1
68.	10.05.21	Техника удара по мячу внутренней стороной и внешней частью подъема стопы. Игра в защите.		1	1
69.	12.05.21	Отработка тактических игровых комбинации: ведение, передача, прием мяча, удар по воротам.		1	1
70.	17.05.21	Ведение, остановка внутренней стороной стопы, игра в футбол по упрощенным правилам		1	1
71.	19.05.21	Ведение, остановка, передача мяча. Обманные движения, отбор мяча. Штрафной удар и нарушение правил (теория).	1		1
72.	24.05.21	«Веселые старты» с элементами спортивных игр.		1	1
		Итого	14	58	72