

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 ПГТ СЕРЫШЕВО
структурное подразделение детский сад №3

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МАОУ СОШ №2 пгт Серышево
структурное подразделение
детский сад №3
Протокол № 1
от «27» августа 2025г



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ №2
пгт Серышево
В.А. Заварухина
Приказ от «28» августа 2025г.
№ 57

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Веселый мяч»

Возраст обучающихся: 5 – 6 лет

Срок реализации: 1 год

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень: стартовый (ознакомительный)

Автор - составитель:
Попова Наталья Викторовна,
педагог дополнительного образования

пгт Серышево, 2025г

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цели и задачи программы	7
1.3. Содержание программы.....	7
1.4. Планируемые результаты	13

Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Календарный учебный график..... ..	14
2.2. Условия реализации программы (материально – техническое, кадровое, информационно – методическое).....	14
2.3. Формы аттестации.....	15
2.4. Оценочные материалы.....	15
2.5. Методические материалы.....	16
2.6. Программа воспитания	16
Список литературы.....	18
Приложение.	20

Раздел 1

1.1. Пояснительная записка

Направленность: физкультурно – спортивная.

Программа предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья, способствует гармоничному физическому развитию детей, стимулируя их познавательную мотивацию, творческий потенциал, навыки здорового образа жизни, формирует интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой.

Мяч – один из тех предметов, который быстро и надолго способен увлечь ребенка. Значит есть смысл использовать его в спортивных занятиях с крохой. Упражнения с мячом, хороши тем, что у ребенка нет ощущения, будто мы предлагаем ему что -то серьезное. Деятельность с мячом напоминает веселую игру. Но мы то понимаем, что такая игра на пользу физическому и психическому развитию детского организма.

Программа составлена с учетом основных требований ФГОС ДО и его образовательной области «Физическое развитие», в соответствии с нормативно – правовыми документами:

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. От 02.07.2021);
2. Постановление Правительства РФ от 12 сентября 2022 г. № 1593 «О внесении изменений в Положение о лицензировании образовательной деятельности», утвержденное 18 сентября 2020 г. № 1490;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
4. 4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
5. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
7. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
8. Устав МАОУ СОШ №2 пгт Серышево (№ 10 от 23.12.2022г);

9. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №2 пгт Серышево структурное подразделение детский сад №3 (приказ №80 от 17.04.2020г.);

Методические рекомендации по организации и реализации учебной работы по дополнительным общеобразовательным программам /Голубева С.А., Лантухова И.А. – Благовещенск: Изд-во ГАУ ДПО «АМИРО», 2022 г.

Актуальность программы.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время данные статистики, факты из медицинской практики, говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопия, вызывает задержку возрастного развития. Для удовлетворения потребности детей в двигательной активности в детском саду необходимо организовывать занятия по интересам физкультурно-спортивной направленности. Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры. Поэтому упражнения с мячом стали основой для составления данной программы.

Отличительные особенности программы, новизна.

Отличительной особенностью данной программы является то, что программа представляет собой систему, позволяющую научить ребенка свободно владеть мячом, передвигаться с ним по площадке в различных направлениях. Усваивая технику упражнений и игр, ребенок в совместной со сверстниками деятельности обобщает эти способы и переносит на другие ситуации. Так игры и упражнения с мячом наполняют жизнь ребенка сохраняя и приумножая здоровье.

Форма реализации программы - традиционная

Новизна.

В содержании программы заложены амплификация детского развития (обогащение развития ребёнка как личности) А.В. Запорожца – максимальное обогащение содержания специфически детскими формами игровой практической деятельности, а также общения детей друг с другом и со взрослыми с целью формирования психических свойств и качеств, а также развития у ребёнка потребности в движении (двигательной инициативы).

Адресат программы.

Основополагающим компонентом программы является учет возрастных особенностей детей 5 -6 лет. На шестом году жизни ребенок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными. Это позволяет повысить требования к их выполнению, больше внимания уделять развитию физических и морально-волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность,

дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам; быть заботливыми и внимательными к друг другу).

Программа адресована детям с 5 до 6-лет, имеющим предварительную подготовку работы с мячом и не имеющих серьезных отклонений уровня здоровья (медицинское заключение). Программа адресована всем желающим детям с 5 до 6 лет независимо от пола и национальности. Количество обучающихся в группах одного возраста не более 15 человек. Состав группы постоянный.

Объем и срок освоения программы.

Объем программы – 36 часов. 1 год.

Форма обучения.

Форма обучения – очная. Всем составом.

Уровень программы.

Уровень освоения программы: стартовый (ознакомительный)

Предполагает использование и реализацию таких форм, которые допускают освоение специализированных знаний и умений в области игр с мячом, обеспечивая целостную картину в рамках содержательно-тематического направления программы.

Особенности организации образовательного процесса.

Форма реализации программы – традиционная

Представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течении одного года.

Организационные формы обучения.

Группы формируются из обучающихся одного возраста. Состав группы обучающихся – постоянный.

Продолжительность одного академического часа – 30 минут.

Общее количество часов в неделю – 1 час. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

1.2.Цели и задачи программы

Цель программы: Формирование у дошкольников мотивации сохранения и приумножения здоровья средством игры с мячом.

Задачи:

Образовательные:

-Формировать элементарные знания, умения и навыки об играх с мячом: баскетбол, пионербол, волейбол, футбол;

- Формирование основ ЗОЖ

Развивающие:

- Создание условий для наиболее полной самореализации личности.

-Совершенствовать умения владения мячом: подбрасывать и ловить, передавать различными способами, отбивать от пола (ведение мяча), забрасывать в кольцо, перебрасывать через сетку.

- Развивать психические процессы (внимание, память, быструю реакцию)

- развивать умение переносить приобретенные навыки и умения в повседневную жизнь.

Оздоровительные:

- Укрепление физического и психического здоровья посредством регулярных занятий в кружке.

Воспитательные:

- Воспитание положительных качеств личности: трудолюбия, упорства, целеустремленности.

- Воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

1.3 Содержание программы

Учебный план

№ раздела	Наименование темы, раздела	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1 Вводное занятие	3	1,5	1,5	
	1. Знакомство с программой. Правила ТБ.		1	-----	Опрос-беседа
	2. Фиксация начального уровня навыков работы с мячом.		-----	1	Входная диагностика
	3. История возникновения мяча. Спортивные игры с мячом.		0,5	0,5	Тест- игра
2	Раздел 2 Школа мяча	16	1,5	14,5	
	1. Игры и упражнения с мячом		0,2	0,8	Наблюдение
	2. Работа в парах		0,3	0,7	Наблюдение
	3. Работа в парах			1	Наблюдение
	4. Точно в цель		0,2	0,8	Тест-упражнение
	5. Работа в парах			1	Тест-упражнения
	6. Работа в парах			1	Игра-соревнование
	7. Отбивание мяча от пола		0,3	0,7	Наблюдение
	8. Отбивание мяча от пола			1	Наблюдение
	9. Работа в парах			1	Игра -соревнование
	10. Игры и упражнения с малым мячом			1	Игра -соревнование
	11. Работа в парах			1	Игра -

					соревнование
	12. Игры и упражнения с теннисным мячом		0,2	0,8	Наблюдение
	13. Игры и упражнения с теннисным мячом			1	Наблюдение
	14. Игры и упражнения с теннисным мячом			1	Игра-соревнование
	15. Игры и упражнения с теннисным мячом			1	Игра-соревнование
	16. Фиксация среднего уровня навыков работы с мячом.		0,3	0,7	Конкурс мастерства
3	Раздел 3 Баскетбол	7	0,5	6,5	
	1. Что такое баскетбол?		0,5	0,5	Опрос-беседа
	2. Ведение мяча			1	Наблюдение
	3. работа в парах			1	Наблюдение
	4. Работа в парах			1	Соревнования
	5. Ведение и заброс мяча в баскетбольную корзину			1	Наблюдение
	6. Ведение и заброс мяча в баскетбольную корзину			1	Игра-соревнование
	7. Работа в парах			1	Конкурс мастерства
4	Раздел 4 Футбол	3	0,5	2,5	
	1. Что такое футбол?		0,5	0,5	Опрос беседа
	2. Отработка ведения ногами и бросок в ворота			1	Наблюдение
	3. Отработка ведения ногами и бросок в ворота			1	Игра-соревнование
5	Раздел 5 Волейбол	1	0,5	0,5	
	1. Что такое волейбол?		0,5	0,5	Опрос беседа
6	Раздел 6 Пионербол	4	0,5	3,5	
	1. Что такое пионербол?		0,5	0,5	Опрос беседа
	2. Работа в парах			1	Наблюдение
	3. Работа в парах			1	Наблюдение
	4. Работа в парах			1	Игра-соревнование
7	Раздел 7 Итоговое занятие	2	0,3	1,7	

	1. Фиксация итогового уровня навыков работы с мячом.		0,3	0,7	Итоговая диагностика
	2. Веселые соревнования			1	Соревнования

Содержание учебного плана

Раздел 1: Вводное занятие (3 часа)

Тема1: «Ознакомительная беседа с программой. Беседа по правилам ТБ»

Теория: Беседа по программе, технике безопасного поведения в спортивном зале, о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, о правилах аккуратного обращения со спортивным оборудованием.

Контроль: собеседование.

Тема2: «Фиксация начального уровня навыков работы с мячом».

Практика: Диагностические упражнения с волейбольным мячом.

Контроль: входная диагностика .

Тема3: «История возникновения мяча. Спортивные игры с мячом».

Теория: Рассказ с показом иллюстраций «История возникновения мяча». Показ с объяснением «Какие разные мячи». Тест - игра: "Эти разные мячи". Д/и «Узнай игру по мячу». Знакомство с правилами игры «Играй, играй, мяч не теряй».

Практика: Разминка. П/и «Играй, играй, мяч не теряй». Дыхательные упражнения. Релакс

Контроль: тест-игра.

Раздел 2: Школа мяча (16 часов)

Тема 1. Игры и упражнения с мячом.

Теория: Показ с объяснением ИП и техники выполнения двигательных действий с мячом. Знакомство с правилами игры «Пятнашки с мячом».

Практика: Разминка. Упражнения с волейбольным мячом на месте и в движении. П/и «Пятнашки с мячом» Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Наблюдение.

Тема 2. Работа в парах

Теория: Показ с объяснением ИП и техники выполнения двигательного действия «передача мяча партнеру» разными способами. Знакомство с правилами игры «Мяч водящему».

Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом в парах. П/и «Играй, играй, мяч не теряй», «Мяч водящему» Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Наблюдение.

Тема 3. Работа в парах

Практика: Разминка: Работа с волейбольным мячом в парах. П/и «Мяч водящему», «Пятнашки с мячом». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Наблюдение

Тема 4. Точно в цель

Теория: Показ с объяснением ИП и техники выполнения двигательного действия «метание мяча» разными способами. Знакомство с правилами игры «Снайпер».

Практика: Разминка. Работа с резиновым мячом среднего диаметра: метание мяча в разноуровневые цели. Метание вдаль мешочков с песком. П\и «Снайпер», «Мяч водящему». Тест упражнение «Попади в колодец». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Тест-упражнение

Тема 5. Работа в парах

Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом в парах. Тест-упражнение «Лови-бросай мяч не теряй!». П\и «Снайпер», «Играй, играй, мяч не теряй». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Тест-упражнения

Тема 6. Работа в парах

Практика: Разминка. Работа с резиновым мячом среднего диаметра в парах. П\и «Пятнашки с мячом», игра – соревнование «Мяч водящему». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: игра-соревнование

Тема 7. Отбивание мяча от пола.

Теория: Показ с объяснением техники выполнения двигательного действия «Отбивание мяча от пола». Знакомство с правилами игры «Быстрее мяча».

Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: отбивание мяча от пола одной рукой на месте и в движении. П\и «Играй, играй, мяч не теряй», «Быстрее мяча». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Наблюдение

Тема 8. Отбивание мяча от пола

Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: отбивание мяча от пола правой и левой рукой на месте и в движении. Ведение мяча и метание в цель. П\и «Быстрее мяча», «Снайпер» Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Наблюдение

Тема 9. Работа в парах

Практика: Разминка. Работа в парах с увеличением расстояния, резиновым мячом среднего диаметра. П\и «Пятнашки с мячом», «Быстрее мяча», Игра-соревнование «Точно в цель». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Игра-соревнование

Тема 10. Игры и упражнения с малым мячом

Практика: Разминка. Работа с резиновым мячом малого диаметра. П\и «Играй, играй, мяч не теряй», игра-соревнование «Веселый мяч». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Игра-соревнование

Тема 11. Работа в парах

Практика: Разминка. Работа в парах с волейбольным мячом из разного ИП. П\и «Снайпер», игра-соревнование «Быстрее мяча». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Игра-соревнование

Тема 12. Игры и упражнения с теннисным мячом

Теория: Показ с объяснением техники выполнения двигательных действий с теннисным мячом. Объяснение правил игры «Охотники и звери»

Практика: Разминка. Работа с теннисным мячом: подбрось-поймай, поймай после хлопков, после удара об пол, после удара о стену. Удержание мяча на ракетке, отбивание от ракетки, отбивание от пола ракеткой. П/и «Играй, играй, мяч не теряй», «Охотники и звери». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Наблюдение

Тема 13. Игры и упражнения с теннисным мячом

Практика: Разминка. Работа с теннисным мячом. П/и «Охотники и звери», «Быстрее мяча». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Наблюдение

Тема 14. Игры и упражнения с теннисным мячом

Практика: Разминка. Работа с теннисным мячом. П/и «Охотники и звери», игра-соревнование «Мяч водящему». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: игра соревнование

Тема 15. Игры и упражнения с теннисным мячом

Практика: Разминка. Работа с теннисным мячом. П/и «Снайпер», игра-соревнование «Мяч на ракетке». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Игра-соревнование

Тема 16. Фиксация среднего уровня навыков работы с мячом.

Теория: сообщить детям о конкурсе мастерства работы с мячом. Загадки о спортивных играх и разновидностях мячей. Игра «Расскажи о мяче».

Практика: Разминка. Тест- задания с мячом. Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Конкурс мастерства

Раздел 3: Баскетбол (7 часов)

Тема 1. Что такое баскетбол?

Теория: Рассказ с показом презентации и демонстрационных картинок «Баскетбол». Знакомство с правилами игры «Собачка».

Практика. Разминка. Работа с волейбольным мячом: отбивание мяча от пола правой и левой рукой на месте, вокруг себя, и с продвижением вперед. П/и «Охотники и звери», «Собачка» Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: опрос - беседа

Тема 2. Ведение мяча

Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом- ведение мяча разными способами. П/и «Снайпер», «Собачка» Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Наблюдение

Тема 3. Работа в парах

Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом в парах – передача мяча различными способами. П/и «Пятнашки с мячом», «Собачка» Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Наблюдение

Тема 4. Работа в парах

Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом в парах – передача, ведение. Соревнования: «Мяч водящему», «Ведение мяча».

Контроль: Соревнования

Тема 5. Ведение и заброс мяча в баскетбольную корзину

Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: ведение разными способами, заброс мяча в баскетбольную корзину. П/и «Снайпер», «Собачка» Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Наблюдение

Тема 6. Ведение и заброс мяча в баскетбольную корзину

Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: ведение мяча разными способами и заброс в корзину. П/и «Собачка», игра-соревнование «меткий стрелок». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: игра-соревнование

Тема 7. Работа в парах

Практика: Разминка. Работа в парах с волейбольным мячом: ведение и заброс мяча в баскетбольную корзину. Конкурс мастерства «Мяч в корзине» (У каждого 10 попыток). Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Конкурс мастерства

Раздел 4: Футбол (3 часа)

Тема 1. Что такое футбол?

Теория: Рассказ с показом презентации и демонстрационных картинок «Футбол».

Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: ведение мяча ногами по прямой и змейкой между предметами, с остановкой (подошвой, внутренней стороной стопы). П/и «Играй, играй, мяч не теряй», «Собачка» Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Опрос-беседа

Тема 2. Отработка ведения ногами и бросок в ворота

Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: ведение с остановками, забивание мяча в ворота. П/и «Пятнашки с мячом», «Быстрее мяча» Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Наблюдение

Тема 3. Отработка ведения ногами и бросок в ворота.

Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: ведение с остановками, забивание мяча в ворота. П/и «Собачка», игра-соревнование «Мяч в ворота» Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: игра-соревнование

Раздел 5: Волейбол (1 час)

Тема 1. Что такое волейбол?

Теория: Спортивная игра волейбол. Показ презентации и демонстрационных карточек.

Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: перебрасывание через сетку. П/и по желанию обучающихся. Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: опрос-беседа

Раздел 6: Пионербол. (4 часа)

Тема1. Что такое пионербол?

Теория: Показ презентации. Спортивная игра пионербол.

Практика: Разминка. Работа с волейбольными мячами: подача мяча одной рукой, перебрасывание через сетку. П\и «Снайпер», «Собачка». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: опрос-беседа

Тема2. Работа в парах

Практика: Подача мяча одной рукой, передача мяча разными способами через сетку. П\и «Играй, играй, мяч не теряй», «Быстрее мяча» Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Наблюдение

Тема3. Работа в парах.

Практика: Разминка. Работа с волейбольными мячами в парах: подача мяча, перебрасывание друг другу через сетку разными способами. П\и «Охотники и звери», игра-соревнование «У кого меньше мячей». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: игра-соревнование

Тема4. Работа в парах.

Практика: Разминка. Работа с волейбольными мячами в парах: подача мяча, перебрасывание друг другу через сетку разными способами. П\и «Мяч водящему», игра-соревнование «У кого меньше мячей». Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: игра-соревнование

Раздел 7: Итоговое задание (2 час)

Тема1. Фиксация итогового уровня навыков работы с мячом

Теория: Блиц опрос о ЗОЖ, и о разных видах спорта с мячом.

Практика: Диагностические упражнения. Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Итоговая диагностика

Тема2. Веселые соревнования

Практика: Разминка. Эстафеты: «Ведение мяча», «Точно в цель», «Мяч в кольцо», «Мяч в ворота», «Мяч водящему», «Быстрее мяча», «Веселый наездник» Дыхательные упражнения. Релакс.

Контроль: Соревнования.

1.4 Планируемые результаты

По окончании обучения обучающиеся будут владеть следующими знаниями и умениями:

Сформируются представления:

- о ЗОЖ, о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, о значении двигательной активности на развитие и совершенствование организма.

Будут знать и называть разновидности спортивных игр с мячом (названия мяча, название игроков, название игры)

- Будут уметь

- бросать и ловить мяч двумя руками: снизу вверх, с хлопком, после удара об пол.

- работать в парах: передавать мяч различными способами (снизу двумя руками, из-за головы, от груди)..

- забрасывать мяч в баскетбольную корзину с ведением мяча.

- вести мяч на месте, вперед, вперед спиной, вокруг себя, на месте с передачей мяча партнеру.

- перекидывать через сетку разными способами

Расширят представления:

- об играх с мячом, их правилах,

Выработают умение:

- действовать согласно правилам игры

- переносить умения и навыки в повседневную жизнь

Будут воспитаны:

- морально – волевые и нравственные качества в командных играх

- умение действовать быстро и слаженно, на благо своей команды.

- умение четко выполнять поставленную задачу, договариваться и работать сообща.

Будет сформирована потребность и интерес к мячу, готовность укрепления здоровья посредством игры в мяч на занятиях и в повседневной жизни.

Раздел 2. Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Приложение №1

Реализация программы проходит по календарно-тематическому плану.

Приложение № 2

2.2. Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение

спортивный зал, маты, гимнастические скамейки, конусы, баскетбольные щиты с кольцами, напольные корзины, дуги, кирпичики или мягкие модули, обручи плоские, сетка волейбольная, свисток.

мячи: волейбольные-15шт, тенисные-15шт, фитболы- 2шт, набивные-8шт, резиновые среднего размера – 15шт; ракетки – 15шт, мешочки с песком – 30шт.

Демонстрационный материал: Мяч баскетбольный, футбольный

Компьютер, мультимедиа-проекторы.

Информационное обеспечение.

Инструкции по технике безопасности.

Картотека музыкального сопровождения

Картотека бесед, подвижных игр и дыхательных упражнений.

Ознакомительные презентации по видам спорта (баскетбол, футбол, волейбол, пионербол)

Дидактический материал: картинки (разновидности мячей, игроки, виды спорта) Загадки о видах спорта, подборка вопросов ко блицу – опросу по ЗОЖ.

Кадровые условия реализации программы

Программа реализуется педагогом-инструктором по физической культуре (Диплом о профессиональной переподготовке) и дополнительного образования (Диплом о профессиональной переподготовке).

2.3. Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации результатов.

Диагностические задания, журнал посещаемости, наблюдение, фото, отзывы детей и родителей.

Формы предъявления и демонстрации

Диагностические материалы, блиц-опрос, соревнования, опрос-беседа, конкурс мастерства.

2.4 Оценочные материалы

Для определения результативности освоения программы используется комплекс диагностических заданий (**Приложение № 3**)

2.5 Методические материалы

Основные формы обучения – это подвижная игровая деятельность, учебно-тренировочные занятия, беседы, показ презентаций, занятия соревновательного типа.

Методы обучения:

Словесный, звукового воздействия, наглядный, практический, игровой, соревновательный, строгого регламентированного упражнения.

Методы воспитания: мотивация, поощрение, воспитания физических качеств.

Формы обучения: фронтальная.

Технологии: педагогические, здоровьесберегающие.

Структура занятия:

Вводная часть: Основной целью вводной части занятий является подготовка детей к выполнению предстоящей нагрузки, а также формирование навыков действий с мячом.

В связи с этим **во вводной части** (длительность 5-6 мин) обязательные упражнения – ходьба, бег, затем подбираются 1-2 упражнения с мячом, чаще всего игрового характера. Обычно эти движения являются сходными по своей структуре с основными движениями игр, которые проводятся в основной части занятия. Это дает детям возможность овладеть навыками действий с мячом в более стабильных условиях.

Основная часть занятий (15 - 20 мин) отводится обучению и совершенствованию движений с мячом, подвижным играм, упражнениям с элементами соревнования, обеспечивающим высокую двигательную активность

детей. В этой части занятия формируются навыки действий с мячом, а также умения применять их в игровых условиях и повседневной жизни.

В заключительной части (5-7 мин) организм ребёнка приводится в относительно спокойное состояние, при сохранение бодрого настроения, поэтому проводится - дыхательные упражнения, релакс.

2.6. ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

2.6.1. Целевой раздел программы воспитания

Цель воспитания в дошкольной образовательной организации - личностное развитие каждого ребенка с учетом его индивидуальности и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества, что предполагает:

- 1) формирование первоначальных представлений о традиционных ценностях российского народа, социально приемлемых нормах и правилах поведения;
- 2) формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе;
- 3) становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.

Общие задачи воспитания в ДОО:

- 1) содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом;
- 2) способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- 3) создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребенка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию;
- 4) осуществлять поддержку позитивной социализации ребенка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Формы и содержание деятельности	Сроки	Ответственный
Беседы			
1.	Беседа «Этические нормы поведения в детском коллективе »	В течение года	Инструктор по ФК
2.	Беседы о культуре взаимоотношений в детском коллективе	В течение года	Инструктор по ФК
3.	Беседы о культуре здорового образа жизни	В течение года	Инструктор по ФК
4.	Беседа «Физкультура и спорт – здоровье и красота»	В течение года	Инструктор по ФК
5.	Беседа «Любите ли вы физкультуру»	В течение года	Инструктор по ФК
6.	Беседа «Спорт – залог здоровья»	В течение года	Инструктор по ФК
7.	Беседы об эстетике внешнего вида	В течение года	Инструктор по ФК
Мероприятия МАОУ СОШ 2 пгт Серышево структурном подразделении детский сад №3			
8.	День Знаний	сентябрь	Инструктор по ФК
9.	День воспитателя и всех дошкольных работников	сентябрь	Инструктор по ФК
10.	23 февраля День защитника Отечества	февраль	Инструктор по ФК
11.	8 марта Международный женский день	март	Инструктор по ФК
12.	День Победы в Великой Отечественной войне	май	Инструктор по ФК
13.	Выпускной бал	май	Инструктор по ФК
Мероприятия, конкурсы, экскурсии, мастер-классы			
14.	«Осенняя ярмарка »	октябрь	Инструктор по ФК Воспитанники Родители
15.	«Гимнастика для всех»	октябрь-ноябрь	Инструктор по ФК Воспитанники Родители
16.	«Чудеса у ёлки»	декабрь	Инструктор по ФК Воспитанники Родители
17.	Конкурс «Сильный, ловкий, смелый»	в течение года	Инструктор по ФК
18.	акция «Свеча памяти».	Май	Инструктор по ФК
19.	Смотр – конкурс проектов	в течение года	Инструктор по ФК Воспитанники Родители

20.	Театральная неделя «В гости к сказке»	апрель	Инструктор по ФК Воспитанники
21.	Спортивные мероприятия, посвящённые окончанию учебного года	май	Инструктор по ФК
22.	День именинника	в течение года	Инструктор по ФК
23.	Участие в спортивных конкурсах	в течение года	Инструктор по ФК
24.	Экскурсии	в течение года	Инструктор по ФК
«Взаимодействие с родителями/законными представителями»			
25.	Родительские собрания	в течение года	Инструктор по ФК Родители
26.	Индивидуальные тематические беседы, консультирование	По запросам	Инструктор по ФК Родители
27.	Информирование в родительских чатах (социальные сети)	в течение года	Инструктор по ФК

Планируемые результаты:

1. формирование системы воспитательной работы в детском коллективе на основе совместной деятельности педагога, родителей (законных представителей) и воспитанников.
2. развитие коммуникативных и физических способностей обучающихся.
3. способствование гармонизации взаимоотношений воспитанников и родителей (законных представителей) детского коллектива;
4. сохранение культуры воспитанников и совершенствования собственного здоровья, интеллектуального развития.

Список литературы

Наличие списка литературы для педагога:

1. Анисимова, Т.Г. Савинова Е.Б. Физическое развитие детей 5-7 лет: планирование, занятия с элементами игры в волейбол, подвижные игры, физкультурные досуги. – Волгоград : Учитель, 2009. – 144с.
2. Гришин, В.Г. Игры с мячом и ракеткой: (Из опыта работы). Пособие для воспитателя. – Москва : Просвещение, 1982. - 93с.
3. Киселева, П.А. Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время. Методическое пособие. – Издательство : Планета, 2015. – 272с.
4. Николаева, Н.И. Школа мяча. - Издательство : Детство-пресс, 2012. – 96с.
5. Степаненкокова, Э.Я. Сборник подвижных игр для занятий с детьми. - Москва : Мозаика – Синтез, 2020. – 168с.
6. Силантьева, С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. – Издательство : Детство – Пресс, 2012. – 208с.

Наличие списка литературы для учащихся:

Демонстрационные картинки «Виды спорта». - Издательство: Сфера, - 2018.

Интернет ресурсы (для составления презентаций, картинок, загадок, заданий)

Наличие списка литературы для родителей:

1. Физическая культура в семье, ДОУ и начальной школе / Т.В. Волосникова, С.О. Филиппова, В.И. Москаленко, Н.В. Лебедева. – Издательство : Школьная Пресса, 2005. – 64с.
2. Силантьева, С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. - Издательство : Детство – Пресс, 2012. – 208с.

Приложение №1

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	15	16-00	Всеобщий состав	1	Ознакомительная беседа с программой. Беседа по правилам ТБ	спортивный зал	опрос-беседа

2	Сентябрь	22	16-00	Всем составом	1	Фиксация начального уровня навыков работы с мячом.	спортивный зал	входная диагностика
3	Сентябрь	29	16-00	Всем составом	1	История возникновения мяча. Спортивные игры с мячом.	спортивный зал	тест-игра
4	Октябрь	6, 13, 20	16-00	Всем составом	3	Игры и упражнения с мячом. Работа в парах	спортивный зал	наблюдение
5	Октябрь	27	16-00	Всем составом	1	Точно в цель	спортивный зал	Тест-упражнение
6	Ноябрь	3, 10	16-00	Всем составом	2	Работа в парах	спортивный зал	Тест-упражнение. Игросоревнование
7	Ноябрь	17, 24	16-00	Всем составом	2	Отбивание мяча от пола	спортивный зал	наблюдение
8	Декабрь	1	16-00	Всем составом	1	Работа в парах	спортивный зал	игросоревнование
9	Декабрь	8	16-00	Всем составом	1	Игры и упражнения с малым мячом	спортивный зал	игросоревнование
10	Декабрь	15	16-00	Всем составом	1	Работа в парах	спортивный зал	игросоревнование
11	Декабрь	22, 29	16-00	Всем составом	2	Игры и упражнения с теннисным мячом	спортивный зал	наблюдение
12	Январь	12, 19	16-00	Всем составом	2	Игры и упражнения с теннисным мячом	спортивный зал	игросоревнование
13	Январь	26	16-00	Всем составом	1	Фиксация среднего уровня навыков работы с мячом.	спортивный зал	конкурс мастерства
14	Февраль	2	16-00	Всем составом	1	Что такое баскетбол?	спортивный зал	опрос - беседа
15	Февраль	9, 16, 23	16-00	Всем составом	3	Ведение мяча. Работа в парах	спортивный зал	Наблюдение. Соревнование
16	Март	2, 9, 16	16-00	Всем составом	3	Ведение и заброс мяча в баскетбольную корзину. Работа в	спортивный зал	Наблюдение. Игросоревнование

						парах.		ние Конкурс мастерств а
17	Март	23,	16-00	Всем состав ом	1	Что такое футбол?	спортив ный зал	Опрос- беседа
18	Март Апрель	30 6	16-00	Всем состав ом	2	Отработка ведения ногами и бросок в ворота	спортив ный зал	Наблюде ние. Игра- соревнова ние
19	Апрель	13	16-00	Всем состав ом	1	Что такое волейбол?	спортив ный зал	Опрос- беседа
20	Апрель	20	16-00	Всем состав ом	1	Что такое пионербол?	спортив ный зал	Опрос- беседа
21	Апрель - май	27 4, 11	16-00	Всем состав ом	3	Работа в парах.	спортив ный зал	Наблюде ние. Игра- соревнова ние
22	Май	18	16-00	Всем состав ом	1	Фиксация итогового уровня навыков работы с мячом	спортив ный зал	Итоговая диагности ка
23	Май	25	16-00	Всем состав ом	1	Веселые соревнования		Соревнов ания

Приложение №2

Календарно - тематический план

№	Сроки проведени я	Тема	Мероприятия	Часы	
				теори я	пра кти ка
		Раздел 1 Вводное	Беседа по программе, технике безопасного поведения в спортивном	1	-----

1	15 сентября	Ознакомительная беседа с программой. Беседа по правилам ТБ	зале, о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, о правилах аккуратного обращения со спортивным оборудованием.		
2	22 сентября	Фиксация начального уровня навыков работы с мячом.	Диагностические упражнения с волейбольным мячом.	----- -	1
3	29 сентября	История возникновения мяча. Спортивные игры с мячом.	Рассказ с показом иллюстраций «История возникновения мяча». Показ с объяснением «Какие разные мячи». Тест - игра: "Эти разные мячи". Д/и «Узнай игру по мячу». Знакомство с правилами игры «Играй, играй, мяч не теряй». Разминка. П/и «Играй, играй, мяч не теряй». Дыхательные упражнения. Релакс	0,5	0,5
		Раздел 2 Школа мяча	Теория: Показ с объяснением ИП и техники выполнения двигательных действий с мячом. Знакомство с правилами игры «Пятнашки с мячом». Практика: Разминка. Упражнения с волейбольным мячом. Подбрось-поймай, поймай после хлопка, после удара об пол, чередование движений вверх – об пол. Упражнения выполняются на месте и в движении. П/и «Пятнашки с мячом» Дыхательные упражнения. Релакс.	0,2	0,8
1	6 октября	Игры и упражнения с мячом			
2	13 октября	Работа в парах	Теория: Показ с объяснением ИП и техники выполнения двигательного действия «передача мяча партнеру» разными способами. Знакомство с правилами игры «Мяч водящему». Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: передача мяча партнеру разными способами из-за головы, от груди, снизу двумя руками. П/и «Играй, играй, мяч не теряй», «Мяч водящему» Дыхательные упражнения. Релакс.	0,3	0,7
3	20 октября	Работа в парах	Передача мяча из-за головы, от груди, снизу двумя руками. П/и «Пятнашки с мячом», «мяч водящему» Дыхательные упражнения. Релакс.	-----	1
4	27 октября	Точно в цель	Теория: Показ с объяснением ИП и техники выполнения двигательного действия «метание мяча» разными	0,2	0,8

			способами. Знакомство с правилами игры «Снайпер». Практика: Разминка. Работа с резиновым мячом среднего диаметра: метание мяча в разноуровневые цели. Метание вдаль мешочков с песком. П\и «Снайпер», «Мяч водящему». Тест упражнение «Попади в колодец». Дыхательные упражнения. Релакс.		
5	3 ноября	Работа в парах	Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: передача мяча разными способами. Ловля мяча двумя руками. Тест-упражнение «Лови-бросай мяч не теряй!». П\и «Снайпер», «Играй, играй, мяч не теряй». Дыхательные упражнения. Релакс.	-----	1
6	10 ноября	Работа в парах	Практика: Разминка. Работа с резиновым мячом среднего диаметра: передача мяча разными способами. Прокатывание мяча лежа на животе, сидя, стоя между предметами. П\и «Пятнашки с мячом», игра – соревнование «Мяч водящему». Дыхательные упражнения. Релакс.		1
7	17 ноября	Отбивание мяча от пола	Теория: Показ с объяснением техники выполнения двигательного действия «Отбивание мяча от пола». Знакомство с правилами игры «Быстрее мяча». Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: отбивание мяча от пола одной рукой на месте и в движении. П\и «Играй, играй, мяч не теряй», «Быстрее мяча». Дыхательные упражнения. Релакс.	0,3	0,7
8	24 ноября	Отбивание мяча от пола	Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: отбивание мяча от пола правой и левой рукой на месте и в движении. Ведение мяча и метание в цель. П\и «Быстрее мяча», «Снайпер» Дыхательные упражнения. Релакс.	-----	1
9	29 ноября	Работа в парах	Практика: Разминка. Работа в парах с увеличением расстояния, резиновым мячом среднего диаметра: передача мяча разными способами, отбивание	-----	1

			мяча от пола с переходом на другую сторону (меняясь местами). П/и «Пятнашки с мячом», «Быстрее мяча», Игра-соревнование «Точно в цель». Дыхательные упражнения. Релакс		
10	1 декабря	Игры и упражнения с малым мячом	Практика: Разминка. Работа с резиновым мячом малого диаметра: подбрось-поймай, поймай после хлопка, поймай после двух хлопков, после удара об пол, после удара о стену, попади точно в цель удобным способом. П/и «Играй, играй, мяч не теряй», игра-соревнование «Веселый мяч». Дыхательные упражнения. Релакс.	-----	1
11	8 декабря	Работа в парах	Практика: Разминка. Работа в парах с волейбольным мячом из разного ИП (стоя, сидя, стоя на коленях, лежа на животе). Передача мяча разными способами, прокатывание мяча между препятствиями, отбивание от пола со сменой местоположения. П/и «Снайпер», игра-соревнование «Быстрее мяча». Дыхательные упражнения. Релакс.	-----	1
12	15 декабря	Игры и упражнения с теннисным мячом	Теория: Показ с объяснением техники выполнения двигательных действий с теннисным мячом. Объяснение правил игры «Охотники и звери» Практика: Разминка. Работа с теннисным мячом: подбрось-поймай, поймай после хлопков, после удара об пол, после удара о стену. Удержание мяча на ракетке, отбивание от ракетки, отбивание от пола ракеткой. П/и «Играй, играй, мяч не теряй», «Охотники и звери». Дыхательные упражнения. Релакс.	0,2	0,8
13	22 декабря	Игры и упражнения с теннисным мячом	Практика: Разминка. Работа с теннисным мячом: подбрось-поймай, поймай после хлопка, после удара об пол, после удара о стену. Удержание мяча на ракетке, отбивание от ракетки, отбивание от пола ракеткой. П/и «Охотники и звери», «Быстрее мяча». Дыхательные упражнения. Релакс.	-----	1
14	29 декабря	Игры и упражнения с теннисным мячом	Практика: Разминка. Работа с теннисным мячом: подбрось-поймай, поймай после хлопка, после удара об	-----	1

		мячом	пол, после удара о стену, попади точно в цель. Удержание мяча на ракетке, отбивание от ракетки, отбивание от пола ракеткой. П/и «Охотники и звери», игра-соревнование «Мяч водящему». Дыхательные упражнения. Релакс.		
15	12 января	Игры и упражнения с теннисным мячом	Практика: Разминка. Работа с теннисным мячом: подбрось-поймай, поймай после хлопков, после удара об пол, после удара о стену, попади точно в цель. Удержание мяча на ракетке, отбивание от ракетки, отбивание от пола ракеткой. П/и «Снайпер», игра-соревнование «Мяч на ракетке».	-----	1
16	19 января	Фиксация среднего уровня навыков работы с мячом.	Теория: сообщить детям о конкурсе мастерства работы с мячом. Загадки о спортивных играх и разновидностях мячей. Игра «Расскажи о мяче». Практика: Разминка. Тест- задания с мячом. Дыхательные упражнения. Релакс.	0,3	0,7
1	26 января	Раздел 3 Баскетбол	Теория: Рассказ с показом презентации и демонстрационных картинок «Баскетбол». Знакомство с правилами игры «Собачка». Практика. Разминка. Работа с волейбольным мячом: отбивание мяча от пола правой и левой рукой на месте, вокруг себя, и с продвижением вперед. П/и «Охотники и звери», «Собачка» Дыхательные упражнения. Релакс.	0,5	0,5
		Что такое баскетбол?			
2	2 февраля	Ведение мяча	Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: ведение мяча по прямой, спиной вперед, между предметами, вокруг себя, ведение при передвижении приставным шагом в правую и левую стороны. П/и «Снайпер», «Собачка» Дыхательные упражнения. Релакс.	-----	1
3	9 февраля	Работа в парах	Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: передача мяча различными способами, передача мяча в движении, ведение мяча с передачей партнеру. П/и «Пятнашки с мячом», «Собачка» Дыхательные упражнения. Релакс.	-----	1
4	16 февраля	Работа в парах	Практика: Разминка : Ходьба на носках, на пятках, приставной галоп, легкий бег, бег с ускорением, дыхательное упражнение, спокойная ходьба. Передача мяча различными способами, передача мяча в движении, ведение	-----	1

			мяча с передачей партнеру. Эстафеты: «Мяч водящему» «Ведение мяча»		
5	23 февраля	Ведение и заброс мяча в баскетбольную корзину	Практика: Разминка. Ведение мяча по прямой, спиной вперед, между предметами. Заброс мяча в баскетбольную корзину. П/и «Снайпер», «Собачка» Дыхательные упражнения. Релакс.	-----	1
6	2 марта	Ведение и заброс мяча в баскетбольную корзину	Практика: Разминка. Ведение мяча по прямой, спиной вперед, между предметами, приставным шагом с забросом в баскетбольную корзину. П/и «Собачка», игра-соревнование «меткий стрелок». Дыхательные упражнения. Релакс.	-----	1
7	16 марта	Работа в парах	Практика: Разминка: комплекс упражнений для всех групп мышц. Передача мяча в движении по прямой, ведение мяча приставным шагом с передачей партнеру. Заброс мяча в баскетбольную корзину – конкурс мастерства (У каждого 10 попыток).	-----	1
1	23 марта	Раздел 4 Футбол	Практика: Разминка: комплекс упражнений для всех групп мышц.	0,5	0,5
		Что такое футбол.	Ведение мяча ногами по прямой и змейкой между предметами. Ведение с остановкой (подошвой, внутренней стороной стопы). П/и «Играй, играй, мяч не теряй», «Собачка»		
2	30 марта	Отработка ведения ногами и бросок в ворота	Ведение мяча по прямой и змейкой между предметами. Ведение с остановкой. Удар по мячу в ворота. П/и «пятнашки с мячом», «Быстрее мяча» Дыхательные упражнения. Релакс.	-----	1
3	6 апреля	Отработка ведения ногами и бросок в ворота	Практика: Разминка. Ведение мяча ногами по прямой и змейкой между предметами. Заброс мяча в ворота. Ведение с остановкой (подошвой, внутренней стороной стопы), удар по мячу в ворота. П/и «Собачка», игра-соревнование «Мяч в ворота»	-----	1
1	13 апреля	Раздел 5 Волейбол	Теория: Спортивная игра волейбол. Показ презентации и демонстрационных карточек.	0,5	0,5
		Что такое волейбол?	Практика: Разминка. Работа с волейбольным мячом: перебрасывание через сетку. П/и по желанию обучающихся. Дыхательные упражнения. Релакс.		
1	20 апреля	Раздел 6 Пионербол	Теория: Показ презентации. Спортивная игра пионербол.	0,5	0,5

		Что такое пионербол?	Практика: Разминка. Работа с волейбольными мячами: подача мяча одной рукой, перебрасывание через сетку. П\и «Снайпер», «Собачка». Дыхательные упражнения. Релакс.		
2	27 апреля	Работа в парах	Практика: подача мяча одной рукой, передача мяча разными способами через сетку. П\и «Играй, играй, мяч не теряй», «Быстрее мяча»	-----	1
3	4 мая	Работа в парах	Практика: подача мяча одной рукой, работа в парах: передача мяча разными способами, ловля мяча с верхней и нижней подачи, броски мяча через сетку различными способами с ловлей мяча партнером на другой стороне. П\и «Охотники и звери», игра-соревнование «У кого меньше мячей».	-----	1
4	11 мая	Работа в парах	Практика: подача мяча одной рукой, работа в парах: передача мяча разными способами, ловля мяча с верхней и нижней подачи, броски мяча через сетку различными способами с ловлей мяча партнером на другой стороне. П\и «Мяч водящему», игра-соревнование «У кого меньше мячей».	-----	1
1	18 мая	Раздел 7 Итоговое занятие	Теория: Блиц опрос о ЗОЖ, и о разных видах спорта с мячом. Практика: Фиксация итогового уровня навыков работы с мячом. Диагностические упражнения. Игры по желанию обучающихся.	0,3	0,7
		Фиксация итогового уровня навыков работы с мячом			
2	25 мая	Веселые соревнования	Практика: Эстафеты: «Ведение мяча», «Точно в цель», «Мяч в кольцо», «Мяч в ворота», «Мяч водящему», «Быстрее мяча», «Веселый наездник» (на фитболах)	-----	1

Приложение №3

Методика 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.

1.Отбивание мяча об пол одной рукой (на месте, в движении):

не менее 10 раз подряд – 3 балла,

от 5 до 10 раз – 2 балла,

менее 5 – 1 балл.

2. Броски мяча вверх и ловля его (на месте, в движении):

не менее 10 раз – 3 балла,

от 5 до 10 раз – 2 балла,

менее 5 – 1 балл.

3. Действия с мячом в паре:

- технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3балла,

- допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,

- не справляется с выполнением задания – 1 балл.

4. Броски мяча в баскетбольную корзину:

- технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3балла,

- допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,

- не справляется с выполнением задания – 1 балл

5. Перебрасывание мяча через сетку друг другу:

- технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3балла,

- допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,

- не справляется с выполнением задания -1 балл

6. Бросание мяча вдаль до указанных ориентиров:

- технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3балла,

- допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,

- не справляется с выполнением задания – 1 балл.

7. Участие в играх с мячом, знает и соблюдает правила игры

- технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3балла,

- допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,

- не справляется с выполнением задания – 1 балл.

Контроль результатов

Старшая группа

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.

Приложение №4

Беседа. Знакомство с историей возникновения мяча.

Мяч — одна из самых древних и любимых игрушек всех стран и народов. В Древней Греции, Риме и Египте мяч не только любили, но и уважали. Например, в Древней Греции он считался самым совершенным предметом, так как был похож на солнце, а значит (по мнению греков) обладал его волшебной силой. Греки шили мячи из кожи и набивали каким-нибудь упругим материалом, например, мхом или перьями птиц. А позже догадались надувать кожаный мяч воздухом. Такой мяч назывался «фоллис». Небольшие фоллисы использовали для ручных игр, а мячами больших размеров играли в игры типа футбола.

Античные забавы с мячом были не просто играми, они часто связывались с религиозными обрядами. В египетском «футболе» каждая из

двух команд играла на стороне своих богов. И победы одерживали не ради собственной славы, а во имя богов. Мяч у них был из дерева, а загоняли его в ворота изогнутыми палками. Были в Египте также мячи из кожи и коры деревьев. А мяч из хрупкого песчаника можно было только осторожно перебрасывать друг другу - от удара о землю он мог разбиться. Римляне наполняли кожаные мячи зернами плодов инжира. Были у них и стеклянные мячи для одиночных игр. У североамериканских индейцев мяч был не игрушкой, а священным предметом, олицетворяющим Солнце, Луну и Землю.

У эскимосов игра в мяч тоже была обрядовым действием, которое совершалось во время празднества, знаменующего победу над зловредным мифическим существом по имени Седна. В разных странах для изготовления мячей использовали различные материалы: мячи шили из шкур животных, плели из тростника, скручивали из тряпок, вырезали из дерева. Мяч из резины «прискакал» в Европу из Центральной Америки. Местные индейцы делали его из смолы, которую добывали из разрезов коры деревьев и называли «каучу» (от слов «каа» — дерево и «очу» — «плакать»). Нам эта смола известна под названием «каучук». Каучуковый мяч попался на глаза путешественнику Христофору Колумбу. Знаменитый мореплаватель удивился, увидев, что большой и тяжелый мяч так высоко подскакивает при ударе о землю. Матросы Колумба привезли мяч в Испанию, и упругий колобок быстро раскатился по всему цивилизованному миру. Между прочим, игра американских индейцев с каучуковым мячом была на самом деле ритуальным действием. Причем далеко не безобидным. Игра заканчивалась жертвоприношением, а в жертву приносили капитана проигравшей команды.

До сегодняшнего дня в некоторых странах, наряду с современными резиновыми, кожаными, надувными мячами, сохранились мячи, изготовленные «по старинному рецепту». В Японии, например; есть: любимая игрушка - маленький пестрый мячик «тэмари». Дети играют ими с наступлением весны, приветствуя первые солнечные деньки - память о том, что когда-то мяч был символом солнца. Мячик «тэмари» выточен из дерева и оплетен разноцветными шелковыми нитями, образующими красивые узоры. В России мячи были разные. В раскопках под Новгородом нашли мячи разных размеров, сшитые из кожи. Ими играли дети в XIII веке. Крестьянские дети прошлого века играли легкими мячиками из бересты или тяжелыми мячами, туго свернутыми из тряпок. Сохранились даже сведения об одной из игр: ставили в ряд куриные яйца и выбивали их мячом. В подмосковном Хотьковском девичьем монастыре шили мячики из мягких подушечек, а внутрь вкладывали камушки, завернутые в бересту, — получался одновременно мячик и погремушка. Кстати, происхождение слова «мяч» связано со словами «мягкий, мякоть, мякиш». То есть мяч — это мягкий шар. Современные мячи различаются по размерам и назначению. Разные мячи применяются для игры в волейбол, баскетбол, футбол, теннис, водное поло, регби и другие игры. У каждой из них—своя история.

Подвижные игры с мячом и дыхательные упражнения

«Пятнашки с мячом»

Цель. Развивать скоростные качества, ориентировку в пространстве, глазомер.

Из детей назначается «Пятнашка». «Пятнашка» бежит с мячом, которым «пятнает» играющих. Если он «запятнал» кого-нибудь, то громко называет его имя, а «запятнанный» поднимает мяч и, в свою очередь, старается запятнать кого-нибудь другого; подняв мяч, пятнашка может некоторое время бежать за тем, кого он хочет «запятнать», чтобы бросить мяч на более близком расстоянии. Когда игра проводится в большом помещении или на площадке, задача пятнашки усложняется: во-первых, все играющие могут разбежаться на большое расстояние, а следовательно, в них труднее попасть; во-вторых, приходится много бегать, так как брошенный, но не попавший в цель мяч далеко укатывается. Если же, напротив, игра происходит в комнате, задача пятнашки очень легка. Чтобы несколько усложнить ее в последнем случае, можно ввести следующие одно или два правила:

- 1) пятнашка имеет право пятнать только с того места, где он поднял мяч, но не может бежать за играющими;
- 2) пятнашка должен предварительно назвать того, кого он хочет «запятнать»; если же он попадает мячом в другого, тот не считается «запятнанным».

«Играй, играй мяч не теряй»

Цель. Формировать навыки владения мячом, ловкость, мелкую моторику рук.

Дети произвольно располагаются на площадке. Каждый играет с мячом, выполняя действия по своему выбору. После сигнала все быстро поднимают мячи вверх. Опоздавшие получают штрафное очко: Игра повторяется несколько раз. Выигрывает тот, кто не имеет штрафных очков.

Перед началом игры напомнить детям движения с мячом, которые они могут выполнять. Например, бросать мяч вверх, вниз, в корзину, перебрасывать мяч друг другу, отбивать мяч на месте правой (левой) рукой и т.д. -

«У кого меньше мячей»

Цель. Развивать внимание, ловкость, зрительно-двигательную координацию, прослеживающую функцию глаза.

Дети образуют две равные команды. Каждая из них берет несколько мячей и располагается на своей половине площадки. Площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 130-150 см. После сигнала воспитателя игроки перебрасывают мячи на площадку противника. Выигрывает команда, у которой на площадке после второго свистка находится меньше мячей.

«Собачка»

Цель. Формировать навыки владения мячом, ловкость, мелкую моторику рук.

Дети становятся в круг, водящий - в центре. Дети перебрасывают мяч друг другу (через круг), водящий старается его поймать. Если водящий поймет мяч, он меняется местами с ребенком, который бросал мяч.

«Мяч – водящему»

Цель. Развивать внимание, глазомер. прослеживающую функцию глаза.

Дети делятся на 2 группы, каждая образует свой круг. В центре круг - водящий с мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч игрокам и получают его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков группы (1-3 раз), водящий поднимет его вверх. Побеждает команда, которая меньшее Количество раз уронит мяч или быстрее закончит игру.

Усложняем: Дети встают в один большой круг. А водящих при этом может быть 2 или 3.

«Быстрей мяча»

Цель. Развивать скоростные качества, ориентировку в пространстве.

Дети образуют круг, передавая мяч по рукам. Первый играющий передав мяч, бежит по внешнему кругу и встает на свое место. Он должен прийти быстрее мяча. По очереди должен пробежать каждый ребенок.

«Охотники и звери»

Цель. Развивать скоростные качества, ориентировку в пространстве, глазомер.

У двоих детей (охотники) в руках мячи. Все остальные игроки - звери. Одна половина площадки - лес, другая - поле. Охотники стоят в центре. Звери свободно бродят в лесу. По сигналу воспитателя «Охотники!» все бегут из лес в поле. Охотники стараются поймать зверей -попасть мячом. Тот, кого коснулся мяч, должен лечь на том месте, где его «осадили».

Игра-соревнование «Веселый мяч»

Цель. Развивать крупную моторику, зрительное внимание, глазомер.

Играющие становятся в 2 колонны у черты. Перед каждой колонной на расстоянии 2-2,5м с мячом в руках встает водящий. По сигналу он бросает мяч игроку, стоящему первым, который, поймав мяч, возвращает его водящему и бежит в конец своей колонны. Второй игрок подходит к чёрте и тоже ловит мяч и т.д. игр продолжается до тех пор, пока первый игрок не займет снов место во главе колонны. Побеждает команда, быстрее закончившая игру. (Если ребенок не поймал мяч, водящий подбирает его и бросает еще раз.)

«Снайпер»

Цель. Развивать скоростные качества, ориентировку в пространстве, фиксацию взора, глазомер.

В середине зала располагается обруч с тремя мячами. Ребенок – «Снайпер» встает в этот круг. Все остальные дети рассредоточиваются по большому кругу зала. По сигналу дети начинают двигаться в одну сторону, а «снайпер» целясь мячом старается попасть. У «снайпера» три попытки. Дети которых осадили выходят из игры.

«Зевака»

Цель. Развивать внимание, координацию движений, ловкость, прослеживающую функцию глаза.

Дети встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга. У одного из играющих в руках мяч. По команде педагога ребенок начинает перебрасывать мяч, называя по имени того, кому бросает мяч. Мяч

необходимо поймать. Кто уронил мяч встает в центр круга и выполняет любое упражнение с мячом.

Мяч перебрасывается через центр круга. Если играющий при выполнении упражнения уронил мяч, ему даётся дополнительное задание.

Дыхательные упражнения

Смешинка.

Сделать глубокий вдох и на выдохе произносить: «Ха-ха-ха-ха-ха!».

Шарик лопнул.

Широко развести руки в стороны и глубоко вдохнуть носом, выдуть его в воображаемый шарик через рот «ф-ф-ф...», медленно соединяя ладони под шариком.

Затем по хлопку ведущего шарик лопается – дети хлопают в ладоши, произнося: «шш-ш...».

Летят мячи.

Стоя, руки с мячом подняты вверх. Бросить мяч от груди вперёд. При этом на выдохе произнести: «Ух-х-х-х!».

Ёжик.

Сидя на коврик, ноги вместе, руки в упоре сзади. Согнуть ноги в коленях и подтянуть их к груди, медленный выдох на звуке «ф-ф-ф-ф». Выпрямить ноги - вдох.

Молодцы.

Сделать вдох, задержать дыхание. На выдохе произнести: «мо-лод-цы!».

Дровосек.

Стоя, н.ш.п. руки над головой в замке. Сделать глубокий вдох носом. Резкий наклон – выдох, произнести: «у-у-у-у-х!».

Ах!

Сделать вдох, задержать дыхание, на выдохе произнести: «а-а-а-а-х!».

Апчи!

Выполнить вдох, вдыхая воздух толчками: «а-а-а». Выполнить выдох, произнести: «пчхи!».

Насос.

Стоя, н.ш.п. руки согнуты в локтях перед грудью. Вдох, наклон – выдох, руки выпрямить и произнести: «с-с-с-с...».

Художники.

Вдох, на выдохе рисовать воображаемые фигуры, сложив губы трубочкой.

Дятел.

На выдохе произнести как можно дольше: «д-д-д-д...», ударяя кулачками друг о друга.

Игра «Что это за мяч?»

Цели. детей интерес к спортивным играм с мячом. Закрепить знание детьми названий спортивных игр с мячом и спортсменов, играющих в них; название мяча в этой игре.

Вопросы и задания к пособию:

☐ Назови спортивную игру.

Футбол, баскетбол, гандбол, волейбол, хоккей с мячом, теннис, водное поло,

настольный теннис.

☐ Назови спортсмена, который участвует в ней:

Футболист, баскетболист, гандболист, волейболист, хоккеист, теннисист, ватерполист, теннисист.

☐ Как называется мяч, которым играет спортсмен?

Футбольный мяч, мяч для водного поло, мяч для регби, волейбольный мяч, гандбольный мяч, волан для игры в бадминтон, баскетбольный мяч, мяч для хоккея с мячом, мяч для настольного тенниса, теннисный мяч.