

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 13 «КОЛОКОЛЬЧИК»
г. ЮЖНО-САХАЛИНСКА**

693000, Сахалинская область, г. Южно-Сахалинск, проезд Библиотечный, д. 56, тел./факс 8(4242)437084 и
ул. Курильская, д. 25, тел. 8(4242)436744

Принято решением
Педагогического совета
МАДОУ № 13 «Колокольчик»
г. Южно-Сахалинска
Протокол от 30.05.2024 г. № 3

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ № 13 «Колокольчик»
г. Южно-Сахалинска
И.А. Мишина
Приказ от 30.05.2024 г. № 165

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
«ШКОЛА МЯЧА»**

физкультурно-спортивная
(направленность)

стартовая
(уровень сложности)

для детей старшего дошкольного возраста (5-8 лет)
(адресат программы)

2 года
(срок реализации программы)

Программа разработана
методистом МАДОУ 13 «Колокольчик»
г. Южно-Сахалинска Финашиной
Татьяной Владимировной,
инструктором по физкультуре
Буриковой Еленой Викторовной

Южно-Сахалинск

2024

№	Содержание	Стр.
1	Целевой раздел	3
1.1.	Перечень нормативно-правовых актов, используемых при разработке программы	3
1.2.	Пояснительная записка:	3
	направленность программы	3
	уровень сложности	3
	актуальность программы	3-4
	новизна программы	4
	отличительная особенность программы	4-5
	адресат программы	5-6
	формы и методы обучения, тип и формы организации занятий	6-7
	объем и сроки реализации программы	7
	цель и задачи программы	7-8
	планируемые результаты реализации программы	8
2	Содержательный раздел	9
2.1.	Учебный план	9
2.2.	Содержание учебной программы	10-25
2.3.	Система оценки достижения планируемых результатов	25-26
2.4.	Календарный учебный график	26
2.5.	Формы подведения итогов реализации программы	26
3	Организационный раздел	27
3.1.	Методы и формы организации образовательного процесса	27-28
3.2.	Методическое обеспечение программы	29
3.2.	Материально-техническое обеспечение программы	29
3.3.	Кадровое обеспечение программы	30

1. Целевой раздел

1.1. Перечень нормативно-правовых актов, используемых при разработке программы

Основанием для разработки и реализации дополнительной образовательной общеразвивающей программы являются следующие нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
3. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
4. Приказ Министерства труда РФ от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
5. Приказ министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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 молодежи»;
8. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
9. Распоряжение Министерства образования Сахалинской области от 16.09.2021 № 3.12-1170-р «Об утверждении методических рекомендаций по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3.685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания»;
11. Устав МАДОУ № 13 «Колокольчик» г. Южно-Сахалинска, утвержденный приказом начальника департамента образования администрации города Южно-Сахалинска № 864 от 31.08.2015 г.;
12. Положение о разработке программ дополнительного образования в МАДОУ № 13 «Колокольчик» г. Южно-Сахалинска, утвержденное приказом от 11.03.2022 № 47.

1.2. Пояснительная записка

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Уровень сложности: стартовая

Актуальность программы

Важное условие обеспечения устойчивого развития региона - развитие системы образования, одной из задач которой является увеличение достигнутого уровня вовлеченности детей в систему дополнительного образования. Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Школа мяча» физкультурно-спортивной направленности (далее – программа) соответствует задаче

предоставления детям и их родителям (законным представителям) актуального и востребованного содержания обучения.

В соответствии с Законом «Об образовании в Российской Федерации» к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования относится здоровье и физическое развитие подрастающего поколения.

Вопрос об укреплении и сохранении здоровья детей на сегодняшний день в Российской Федерации стоит особо остро. Медицина отмечает тенденцию к увеличению числа дошкольников, имеющих различные функциональные отклонения, хронические заболевания. Современные дети, ведущие малоподвижный образ жизни, в условиях агрессивной информационной среды, нуждаются в вовлечении их в различные спортивные секции (кружки), в том числе для формирования позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия. Именно занятия в секциях (кружках) способствуют повышению самооценки. Через тренировки в неформальной обстановке, дети более раскрепощаются, что раскрывает их скрытые способности и возможности.

Данная программа своевременна, она является результатом активного поиска эффективных средств укрепления здоровья и совершенствования развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях.

Мяч по популярности занимает первое место в пространстве детской игры. Игры с мячом (мини-волейбол, футбол, баскетбол) - одни из захватывающих, интересных спортивных игр. Технические приемы, тактические действия включают в себе большие возможности. В данной программе игры с мячом рассматриваются как активное средство физического развития и укрепления здоровья, влияющие на воспитание интеллектуальных, нравственных качеств и социальной активности личности. В процессе изучения программного материала у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, приобщению к здоровому образу жизни, приобретению привычки заниматься физическим трудом. Занятия с мячом способствуют воспитанию у детей дисциплинированности, воли и целеустремленности. Они обладают значительным оздоровительным эффектом, так как в упражнениях задействованы практически все группы мышц и системы организма, что обеспечивает гармоничное физическое развитие детей. Динамика упражнений (бросание, катание, ловля, отбивание) гармонично влияет на подвижность суставов, развивает связочный аппарат, увеличивает мышечную силу, повышает выносливость организма, развивает быстроту движений, глазомер, реакцию и координацию. Совместное выполнение упражнений с мячом (в прах, в кругу, втроем) – прекрасная школа приобщения ребенка к коллективу.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания образовательного учреждения. Обучающиеся, успешно осваивающие программу, могут более плодотворно усваивать основную образовательную программу учреждения, участвовать в различных соревнованиях (по мини-волейболу, футболу и других) различных масштабов, а в будущем - плодотворно учиться в школе.

Новизна программы

Новое содержание обучения выводит обучающихся за рамки основной образовательной программы дошкольного образования. Программа рассчитана на освоение (в отличие от дошкольного курса) приемов работы с мячом применительно к различным видам спорта по следующим разделам: общие основы работы с мячом; основы техники мини-волейбола; основы техники баскетбола, основы техники футбола. Техники просты и доступны дошкольникам, начинающим легко понять и включиться в обучение

Отличительная особенность программы

Программа учитывает специфику дополнительного образования и охватывает желающих заниматься независимо от пола и физической подготовки к занятиям физкультурой и спортом, предъявляя при этом высокие требования в процессе обучения (т.к. адаптирована к возрастным особенностям и физическим возможностям дошкольников).

Игра с мячом служит средством оздоровления и реабилитации. Программа позволяет варьировать нагрузку каждого ребёнка (в зависимости от его физических возможностей), не теряя результат обучения.

Адресат программы: для детей старшего дошкольного возраста (5-8 лет)

Программа ориентирована на детей в возрасте от 5 лет до 8 лет (1 возрастная группа – мальчики и девочки старшей группы 5-6 лет, 2 возрастная группа – мальчики и девочки подготовительной к школе группы 6-8 лет), подходит детям по уровню физической нагрузки и технической сложности. Обучение проводится в группах (по 10 - 15 человек).

Характерные особенности детей.

Особенности физического развития детей 5-6 лет.

На шестом году жизни у детей происходит качественный скачок в развитии движений, появляется выразительность, плавность, точность, особенно при выполнении циклических и ациклических видов деятельности. Двигательная деятельность становится более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обуславливает большую её объективность. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

К концу года дети 5-6 лет могут:

- выполнять ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку;
- лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м.);
- прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см);
- прыгать на обозначенное место с высоты 30 см;
- прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100см);
- прыгать через скакалку;
- метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 5-9 м, вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м.;
- сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить;
- отбивать мяч о землю на месте 10 раз;
- владеть школой мяча;
- выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.

Особенности физического развития детей 6-8 лет.

На седьмом году жизни дети умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-8 м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела.

Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания.

Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы 7-8 лет у детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

К концу года дети 6-8 лет могут:

- выполнять правильно все виды основных движений;
- прыгать на мягкое покрытие с высоты 40 см, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега – 180 см, прыгать через скакалку различными способами;
- перебрасывать набивные мячи (1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений;
- попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м;
- метать предметы в движущуюся цель;
- перестраиваться в колонны по 3 по 4, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета, соблюдать интервалы во время передвижения;
- выполнять физические упражнения из разных исходных положений;
- следить за правильной осанкой;
- участвовать в играх с элементами спорта;
- имеет представления о ЗОЖ (о некоторых особенностях строения и функционирования организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности, о полезных и вредных привычках и др.).

Программа не предъявляет требований к содержанию и объему стартовых знаний, умений и навыков. Формирование групп осуществляется на основании согласий родителей (законных представителей).

Формы и методы обучения, тип и формы организации занятий

Форма обучения

Очная. Обучение организуется образовательным учреждением самостоятельно в процессе занятий спортивной секции.

Деятельность	Формы организации
Образовательная деятельность	Упражнения, контрольные, товарищеские зачетные занятия, тренировки, эстафеты, соревнования.
Воспитательная деятельность	Товарищеские игры, эстафеты соревнования

Методы обучения:

- специфические (метод регламентированного упражнения; игровой и соревновательный методы);
- общепедагогические (словесные, наглядные).

Типы/формы организации занятий

- учебно-тренировочные, теоретические (комбинированные);
- фронтальные, индивидуальные (комбинированные).

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной Программы:

1. Наглядная информация для родителей (презентации, фотовыставки).
2. Открытый турнир по волейболу
3. Открытый турнир по футболу

Объем и сроки реализации программы

Общий объем реализации программы: 216 час.

Программа рассчитана на 2 года обучения:

- 1-й год обучения (5-6 лет) – 108 час. в год, продолжительность учебного часа 25 минут;
- 2-й год обучения (6-8 лет) – 108 час. в год, продолжительность учебного часа 30 мин.

Цель и задачи программы

Цель программы: Формирование устойчивой мотивации воспитанников к занятиям физической культурой и спортом, укрепление здоровья и формирование основ здорового образа жизни обучающихся посредством спортивных игр, таких как баскетбол, мини- волейбол, футбол.

Задачи программы:

образовательные:

- Формировать устойчивый интерес детей спортивным играм;
- познакомить с историей спортивных игр: баскетбол, мини-волейбол, футбол;
- научить понимать смысл коллективной игры с мячом, обучить владению действиями с мячом на уровне, превышающем уровень основной образовательной программы;
- сформировать умение применять навыки владения мячом в игровой ситуации.

развивающие:

- способствовать воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости;
- развивать основные двигательные качества: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости, способствовать воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, выносливости, прыгучести, гибкости;
- развивать стремление к анализу и использованию опыта других и своего собственного; использование мяча в играх и физкультурных упражнениях;

воспитательные:

- способствовать воспитанию морально-волевых качеств (уверенности, выдержки, самостоятельности, воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, командному взаимодействию, коллективизму, чувства дружбы, способности подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели);
- способствовать привитию общей культуры поведения (основ гигиены, этикет);
- формировать потребность в здоровом образе жизни.

Реализация дополнительной образовательной программы направлена на удовлетворение индивидуальных образовательных потребностей и интересов обучающихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации, осуществляемых за пределами федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Планируемые результаты реализации программы

Метапредметные результаты:

У детей по окончании реализации программы сформированы:

- умение общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- слушать и слышать педагога и сверстников в объединении;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и умение их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты игры, находить возможности и способы их улучшения.

Личностные результаты:

У детей сформированы:

- умения действовать в коллективе;
- умение активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;
- мотивация к занятиям физкультурой и спортом;
- соответствующие возрастным особенностям физические качества и потребность в здоровом образе жизни.

Предметные результаты:

У детей сформированы элементарные знания:

- о спортивных играх с мячом (баскетбол, мини-волейбол, футбол) и их роли в укреплении здоровья;
- о здоровом образе жизни, о правилах личной гигиены, профилактики травматизма.

У детей сформированы навыки:

- технически правильно выполнять двигательные действия с мячом

Баскетбол:

- умеют передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, из-за головы; одной рукой от плеча);
- умеют перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении;
- умеют ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола) и с разных сторон;
- умеют забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча;
- умеют вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь по сигналу.

Мини-волейбол:

- умеют выполнять отбивание мяча после подачи соперника через сетку;
- умеют производить подачу мини-волейбольного мяча одной сверху;
- выполняют простейшие правила игры.

Футбол:

- умеют передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте и в движении;
- умеют вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

II. Содержательный раздел

2.1. Учебный план

1-й год обучения (5-6 лет)

№ п/п	Название разделов, тем	Количество академических часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Диагностика	2	-	2	Педагогическая диагностика
2	Комплектование группы	1	-	1	-
3	Введение в программу Основные правила безопасности	2	2	-	Педагогическое наблюдение
4	История возникновения мяча	1	1	-	Педагогическое наблюдение
5	Спортивные игры с мячом	3	3	-	
6	Броски и ловля мяча	10	-	10	Педагогическое наблюдение
7	Подбрасывание мяча	8	-	8	Педагогическое наблюдение
8	Перебрасывание мяча в парах	8	-	8	Педагогическое наблюдение
9	Перебрасывание мяча через сетку	10	-	10	Педагогическое наблюдение
10	Отбивание мяча	10	-	10	Педагогическое наблюдение
11	Забрасывание мяча в корзину	8	-	8	Педагогическое наблюдение
12	Удары по мячу ногами	8	-	8	Педагогическое наблюдение
13	Упражнения с фитболами	9	1	8	Педагогическое наблюдение
14	Ведение мяча ногами	8	-	8	Педагогическое наблюдение
15	Прокатывание мяча	6	-	6	Педагогическое наблюдение
16	Метание мяча	6	-	6	Педагогическое наблюдение
17	Подвижные и эстафетные игры с мячом	8	-	8	Педагогическое наблюдение
18	Всего	108	7	101	

2-й год обучения (6-8 лет)

№ п/п	Название разделов, тем	Количество академических часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Диагностика	2	-	2	Педагогическая диагностика
2	Комплектование группы	1	-	1	-
3	Введение в программу	1	1	-	-
4	Беседа о спортивной игре «Баскетбол»	1	1	-	Педагогическое наблюдение

5	Беседа о спортивной игре «Волейбол»	1	1	-	Педагогическое наблюдение
6	Беседа о спортивной игре «Футбол»	1	1	-	Педагогическое наблюдение
7	Броски и ловля мяча	10	-	10	Педагогическое наблюдение
8	Подбрасывание мяча	8	-	8	Педагогическое наблюдение
9	Перебрасывание мяча в парах	12	-	12	Педагогическое наблюдение
10	Перебрасывание мяча через сетку	10	-	10	Педагогическое наблюдение
11	Отбивание мяча	8	-	8	Педагогическое наблюдение
12	Забрасывание мяча в корзину	8	-	8	Педагогическое наблюдение
13	Упражнения с фитболами	6	-	6	Педагогическое наблюдение
14	Приемы мяча	8	-	8	Педагогическое наблюдение
15	Ведение мяча ногами	8	-	8	Педагогическое наблюдение
16	Прокатывание мяча	6	-	6	Педагогическое наблюдение
17	Метание мяча	6	-	6	Педагогическое наблюдение
18	Подвижные и эстафетные игры с мячом	6	-	6	Педагогическое наблюдение
19	Соревнования	5	1	4	Педагогическое наблюдение
20	Всего:	108	5	103	

2.2. Содержание учебной программы

Направление 1. «Теоретическая подготовка»

Формирование и расширение знаний детей, работа по направлениям:	История возникновения мяча, исследование свойств мячей и их возможностей, историей спортивных игр с мячом.
Знакомство со спортивной терминологией:	Игровая дисциплина, замена, видеть площадку, выбор места, игровая зона площадки, аут, жестикуляция, судья, сыгранность, товарищеские игры, установка на игру, капитан команды
Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке	В спортивном зале, на площадке все занимаются в спортивной форме, сменной обуви на нескользящей подошве. Форма должна быть без молний, пуговиц, застежек и других жестких или мешающих элементов, широких карманов и выступающих накладных деталей; внешний вид одежды должен быть чистым и опрятным. Футболка или майка должны быть заправлены; Упражнения выполняются по сигналу взрослого; Дети должны вести себя корректно по отношению к другим детям; Во время выполнения упражнений с мячами, ребенок должен учиться контролировать падение мяча, чтобы избежать травмирования других детей. Не разрешается виснуть на баскетбольных кольцах и другом крепеже. Запрещается

	перемещать ворота без разрешения взрослого, бросать мяч в потолок, ограждения и электрооборудование.
Основные элементы техники спортивных игр:	Подача (бросок одной рукой), прием мяча (ловить, не прижимая к себе), передача мяча (бросок или волейбольная-баскетбольная передача), перемещение (без мяча и с мячом различными способами, в стойке волейболиста-баскетболиста), удар по мячу (правой-левой ногой), финт (обманное движение в футболе, баскетболе), ведение мяча (рукой, ногой), штрафной бросок, вбрасывание (баскетбол, футбол), двусторонняя игра (футбол, баскетбол, мини-волейбол).
Определение победителя в спортивной игре:	Мини-волейбол – победу одерживает та команда, которая наберет 11 очков в трех партиях (7 очков для дошкольников); баскетбол – побеждает команда, которая набрала больше очков за 4 четверти игры (по 25 мин) (две четверти по 5–7 мин для дошкольников); футбол – побеждает команда, забившая большее число голов в ворота соперников за два тайма по 45 мин (по 5 мин для дошкольников).
Культура поведения на спортивных соревнованиях, спортивные ритуалы	Участие в спортивных соревнованиях предполагает знание следующих спортивных правил и традиций: на площадку выходить друг за другом, не торопясь и не толкаясь; первым всегда идет капитан команды, который участвует в розыгрыше мяча; перед игрой необходимо поздороваться со своими соперниками, а после нее обязательно поблагодарить их за интересную встречу; нельзя спорить с судьей и соперником, отвлекаться от игры; если мяч выбыл из игры, его необходимо отдать судье или его помощнику; если в игре возникли спорные или непонятные моменты, то необходимо обратиться ко взрослым; по окончании соревнования игроки строятся на специальной линии и по сигналу судьи выходят друг за другом со спортивной площадки. Эти правила необходимо разучить и научиться выполнять на занятиях, а затем строго соблюдать во время соревнований.
Культура взаимодействия и общения игроков спортивной команды	Чтобы стать настоящим спортсменом, нужно не только научиться правилам самой игры, но и уметь согласованно действовать с игроками своей команды. Это очень важно для достижения общей победы. Каждый игрок команды занимает на спортивной площадке свое определенное место: в футболе – вратарь в воротах, защитники перед ним (ворота защищают), нападающие у средней линии, чтобы быстрее к воротам соперника добежать; в баскетболе – нападающие ближе к корзине соперников, а защитники ближе к средней линии, чтобы успеть свою корзину защитить; в мини-волейболе – все бывают и защитниками, и нападающими, потому, что игроки все время переходят с места на место; но нельзя вставать или переходить куда захочется, обязательно по часовой стрелке; не нужно при переходе толкать своего товарища, если он еще не перешел на другое место; лучше ему подсказать, куда нужно перейти. В игре допускаются обращения к своему товарищу со специальными словами-подсказками
Правила по технике	Игры должны проходить на сухой площадке. Если игра проводится

безопасности во время спортивных игр	<p>в зале, пол должен быть чисто вымытым и сухим;</p> <p>Запрещается играть с украшениями на любой части тела. Ногти должны быть коротко острижены;</p> <p>Все острые и выступающие предметы закрыть матами и ограждениями;</p> <p>Во время игр необходимо строго соблюдать дисциплину, выполнять требования и указания взрослого;</p> <p>Запрещается во время игры проявлять агрессию и ссориться, подставлять подножки, употреблять непристойные выражения и жесты. Стараться избегать столкновений с другими детьми, не допускать толчков и ударов по их рукам</p>
--------------------------------------	---

Направление 2. «Общая физическая подготовка»

Основные средства	Физические упражнения, направленные на развитие ловкости, гибкости, быстроты, которые в этой возрастной категории имеют наиболее благоприятные возможности развития
Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов, в движении и на месте:	Ходьба и бег в разных исходных положениях, направлениях и с различной скоростью; перемещения приставным и скрестным шагом; наклоны; отведения конечностей (с отягощениями и без); прыжки и подскоки. Упражнения с гимнастической палкой, обручем, скакалкой, стандартными мячами, со специальными предметами.
Правильное дыхание и дыхание во время выполнения физических упражнений	<p>Чтобы сохранить и укрепить своё здоровье необходимо выработать привычку к правильному дыханию – дышать через нос, глубоко, ровно, ритмично.</p> <p>Вдох делается в момент расслабления мышц, разгибания туловища, поднимания рук вверх. Выдох должен совпадать с моментом максимального напряжения мышц, особенно мышц живота, а также при наклонах туловища, опускании и сведении рук. Выдох должен совпадать с моментом максимального напряжения мышц, особенно мышц живота, а также при наклонах туловища, опускании и сведении рук.</p> <p>При беге вдыхать носом и выдыхать носом.</p> <p>Дыхание во время физических упражнений должно быть правильным и зависит от того, какие именно упражнения выполняются. Основное требование — дыхание во время физических упражнений не должно быть рваным, оно должно плавно обеспечивать организм кислородом.</p>
Упражнения на формирование рациональной осанки статического и динамического характера.	<p>Разминочные упражнения: круговые движения или наклоны шеи, кистей, локтей, плеч, щиколоток, коленей, бедер, туловища полностью.</p> <p>Махи руками и потягивания руками вверх, вперед, вниз с наклоном.</p> <p>Велосипед лежа с поднятыми на 45 градусов ногами.</p> <p>Махи прямыми ногами лежа на спине.</p> <p>Неглубокие приседания с вытянутыми вперед руками.</p> <p>Мостик из положения лежа.</p> <p>Классическая планка из положения лежа на животе.</p>

Направление 3. «Специальная физическая подготовка»

Индивидуальные и групповые упражнения с мячом	<p>Изучение техники передвижения: основные приемы бега, остановок, поворотов и прыжков.</p> <p>Изучение элементов техники спортивных игр ведется целостным</p>
---	--

	<p>методом с некоторым акцентом на детали выполнения (демонстрация четкого и правильного выполнения, а затем объяснения и указания на главные моменты действий) и систематически их закреплять. Закреплять технические приемы целесообразно в обстановке, приближенной к игровой. Инвентарь и оборудование: уменьшенные и облегченные мячи (футбольный мяч, баскетбольный мяч, мини-волейбольный мяч), манишки нескольких контрастных цветов, стойки, разметочные фишки, ворота уменьшенных размеров, сетка, баскетбольные щиты. Разновидности ходьбы, бега (перемещения), прыжков, стойки, остановки. Разновидности ходьбы (на носках, пятках, перекатами с пятки на носок, подскоками, в полу приседе, приседе, широкими шагами, выпадами влево и вправо, с поворотом туловища влево и вправо и др.). Бег в различных направлениях, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу, с заданием, с предметом в руках. Сочетание бега с ходьбой, прыжками, остановками и поворотами. Во время бега ногу ставить на всю стопу или использовать перекат с пятки на носок. При этом нога значительно сгибается в коленном суставе. Расслабленные руки, согнутые в локтях, двигаются свободно. В передвижении приставными шагами необходимо следить, чтобы шаги были скользкими, а не подпрыгивающими, движения мягкими.</p>
Стойки	<p>Учить детей принимать и в дальнейшем сохранять основную стойку (стойка баскетболиста схожа со стойкой волейболиста), из которой можно быстро, удобно и успешно выполнять любое действие с мячом и без мяча. Стойка баскетболиста: ноги согнуты в коленях, расставлены на ширине плеч, одна выставлена на полшага вперед. Тело направляется вперед, тяжесть распределяется на обе ноги. Руки согнуты в локтях, прижаты к туловищу. Стойка волейболиста. Во время игры игроки находятся в какой-либо одной из трех стоек: либо высокой, либо средней, либо низкой. Для детей дошкольного возраста более приемлемы высокая и низкая стойки. Высокая – ноги на ширине плеч, параллельно друг другу или одна впереди другой. Вес тела равномерно распределен. Колени слегка согнуты. Стойка сохраняется даже во время перемещений по площадке. Средняя – корпус наклонен вперед, колени впереди ступней, плечи впереди колен. Руки – над коленями, держать параллельно бедрам</p>
Передвижение	<p>Передвижение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, остановками и поворотами. Во время бега ногу ставить на всю стопу или использовать перекат с пятки на носок. При этом нога значительно сгибается в коленном суставе. Расслабленные руки, полусогнутые в локтях, двигаются свободно. В передвижении приставными шагами необходимо следить, чтобы шаги были скользкими, а не подпрыгивающими, движения мягкими.</p>
Остановки	<p>Детей дошкольного возраста следует обучать остановке двумя шагами. Овладение этим способом во многом облегчает последующее обучение передаче мяча в движении, броску мяча в корзину после его ведения. Остановка начинается с энергичного отталкивания одной ногой. Ребенок делает удлиненный, стопорящий шаг и, немного отклонившись на опорную ногу, выполняет второй шаг. Инерция бега погашается сгибанием ног,</p>

	тяжесть тела распределяется равномерно. При обучении остановкам следует придерживаться такой последовательности: остановка после ходьбы шагом, затем после медленного бега, остановка после быстрого бега и внезапная остановка. Вначале остановки выполняются свободно, а затем внезапно, по звуковым и зрительным сигналам.
Прыжки	Подпрыгивания на двух ногах; подпрыгивания с разнообразными движениями рук, туловища, поворотами, вращениями; подпрыгивания на одной ноге, ноги скрестно – врозь – вместе.
Занятия на тренажерах	Мячи-фитболы, гантели пластмассовые, шведская стенка, коррекционные мячи большого диаметра, массажные коврики (физкультурный зал) Беговая дорожка, прыжковая яма, велотренажер (спортивная площадка).
Физкультурный досуг Итоговое занятие в конце года	Применение уже освоенных на занятиях упражнения, которые проводятся в форме соревнований. В программу включаются подвижные игры, эстафеты, аттракционы. Основное назначение физкультурного досуга – организация активного отдыха. В конце года проводится Состязательное развлечение. Специальная разминка и отдых. Перед началом занятий дети должны в течение 6–8 минут размяться, разогреться. Начинать разминку следует с дыхательной гимнастики, ОРУ. Упражнения следует начинать с самых легких, постепенно увеличивая нагрузку

Направление 4. «Техническая и тактическая подготовка»

Особенности обучения приемам игры	Важнейшим принципом отбора содержания для начального обучения приемам игры является выделение тех действий, которые составляют основу техники любой подвижной или спортивной игры с мячом. Отобранные для разучивания действия должны обеспечить соответствие необходимого для их усвоения напряжения сил с уровнем развития занимающихся. Цель обучения движениям с мячом – выработка умений обращаться с мячом, ощущать его свойства и производить движения в соответствии с ними. На начальном этапе целесообразно учить различным действиям и играм с мячом; знакомить с некоторыми свойствами мяча, показав зависимость высоты отскока от прилагаемой к мячу силы, дальности броска – от силы и веса мяча; затем осваивать и закреплять простые броски в разных направлениях, из одной руки в другую и т. д. По мере формирования действий с мячом у ребенка появляется точное их ощущение, сила нажима на мяч и скорость его отскока соразмеряется с мускульным ощущением сопротивления мяча, ребенок начинает действовать им без зрительного контроля, т. е. появляется чувство мяча. Большое значение имеет правильное удержание мяча. Исходное положение – держать мяч на уровне груди двумя руками. При этом руки должны быть согнуты, локти опущены вниз, кисти рук сзади и сбоку мяча, пальцы широко расставлены, большие направлены друг к другу, остальные – вверх и вперед. По ходу игры ребенок может держать мяч по-разному в зависимости от игровой ситуации и последующих действий с ним; приподнимать его вверх, опускать вниз, отводить в сторону так, чтобы его не смог выбить противник.
Ловля мяча	Ловля мяча кистями рук в стойке, не прижимая к груди, продвигаясь навстречу летящему мячу. Выполняя упражнения 10 индивидуально и в группах, учить бросать мяч (вверх, вниз, в пол) и ловить его. Не

	<p>сразу удается рассчитать мышечное усилие так, чтобы поймать мяч. Вначале надо делать броски невысокие, но постепенно увеличивая высоту броска. Напоминать о правильной стойке при бросках мяча.</p>
Передача мяча	<p>Осваивается одновременно с ловлей мяча, но после того, как дети научатся правильно принимать стойки и держать мяч. Вначале следует учить ловить мяч двумя руками на уровне груди после отскока от пола, стены или щита. После 3–5 занятий наблюдаются значительные изменения в качестве действий: дети начинают бросать мяч согласованными движениями кистей рук, всего тела, научаются сразу после ловли мяча посылать его партнеру или в цель, в более точном направлении и в более быстром темпе. Ловля и передача мяча выполняется сначала на месте, затем при ходьбе и при беге. Далее формируется умение ловить мяч, летящий навстречу и с боку, низко и высоко, на месте и в движении. При обучении передаче мяча одной рукой от плеча необходимо развивать и совершенствовать умения передавать его как правой, так и левой рукой.</p>
Ведение мяча	<p>На начальном этапе обучения осваивается техника отбивания мяча обеими руками на месте, правой и левой рукой попеременно, что позволяет усвоить способ накладывания руки на мяч. Детям старшего возраста более доступно ведение мяча с высоким отскоком, потому что оно не требует низкой стойки. Этот прием позволяет научиться правильно держать спину, не наклоняться к мячу, видеть площадку. Затем осваивается умение ведения на месте одной рукой, попеременно правой и левой, далее в движении сначала шагом, затем бегом. Главное внимание обращается на правильное положение руки и головы, на контроль над мячом с помощью бокового зрения, на выработку чувства ритма, умения координировать движения рук и ног. Вначале осваивается ведение мяча по прямой, затем с изменением направления, скорости передвижения и высоты отскока мяча. Совершенствуя технику ведения мяча, вводится противодействие условного противника. Ребенок должен уяснить, что нужно не бить мячик, а толкать его, ладонка должна быть упругая, пальцы расставлены; смотреть вперед, а не на мячик; вести не прямо перед собой, а чуть сбоку. Ладонь согнута в виде чашечки и не касается мяча, ведение начинается мягким движением кисти. Толкая мяч, нужно стремиться сопровождать его как можно дольше, сохраняя над ним контроль.</p>
Броски мяча в цель, через сетку и в корзину	<p>Бросать мяч можно различными способами: из-за головы двумя руками, двумя руками снизу, двумя руками от груди, одной рукой от плеча. Первые два способа применяются на занятиях для тренировки в технике броска вдаль, но непосредственно в играх с мячом при передаче мяча, забрасывания в корзину, через волейбольную сетку, попадании в цель – везде, где требуется точность броска, применяется бросок мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Для формирования навыков бросания мяча по высокой траектории, а также для создания ее зрительного образа детям нужно давать упражнения в перебрасывании через высоко подвешенную сетку (высота 1,7–1,8 м), затем можно перейти к забрасыванию мяча в баскетбольную корзину. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места следует из такого же исходного положения, как и при передаче мяча. Удерживая мяч на уровне груди, ребенок должен описать им небольшую дугу вниз на себя и, выпрямляя руки вверх, бросить его с одновременным разгибанием ног. Кисти и пальцы при этом мягким толчком направляют мяч в корзину. При броске одной</p>

	рукой от плеча с места одна нога выставляется на полшага вперед. Мяч находится на ладони согнутой в локтевом суставе бросающей руки и придерживается другой. Разгибая ноги с одновременным выпрямлением руки с мячом вверх и вперед, ребенок мягким толчком кисти направляет мяч в корзину
Ведение мяча ногой	Осваивается техника последовательных толчков внешней или внутренней частью подъема, внутренней стороной, серединой подъема или носком, одной или поочередно то правой, то левой ногой. Начинать обучение лучше всего с ведения по прямой шагом и на бегу. Скорость шага и бега при этом постепенно увеличивается.
Удары по мячу	Осваивается техника удара по мячу серединой, внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы, носком. Удары сначала выполняются по неподвижному, затем по катящемуся, далее – по летящему и отскочившему от пола мячу
Приемы мяча	Осваиваются приемы мяча подошвой, внутренней и внешней стороной стопы, бедром, подъемом, носком. Движение выполняется как правой, так и левой ногой. Начинать обучение ведению рекомендуется по прямой на бегу, скорость бега постепенно увеличивать. По мере овладения техникой можно переходить к обучению ведению по дугам, зигзагам, с обводкой стоек.
Вбрасывание мяча	Мяч берут обеими руками и заносят за голову. Лучше, если концы больших пальцев будут соприкасаться между собой. Остальные пальцы широко расставлены и крепко держат мяч. Руки согнуты в локтях. Согнутые ноги ставятся одна впереди другой, тело отклоняется назад. Энергично разгибая сзади стоящую ногу, подать туловище вперед и в момент последнего движения рук вперед бросить партнеру мяч в нужном направлении. Правила игры запрещают отрывать ноги от земли до тех пор, пока мяч касается рук. В занятия также включаются упражнения на растягивание и расслабление мышц; закаливающие мероприятия и упражнения на снижение эмоционального напряжения; специальные упражнения на формирование навыков коллективного взаимодействия и воспитания игровой дисциплины; упражнения и игры на развитие волевой и мотивационной сферы детей, формирования у них интереса и положительного отношения к спортивной деятельности.
Индивидуальные действия с мячом	Целесообразное использование изученных способов ведения мяча, бросков мяча в корзину, ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Групповые действия: взаимодействие двух и более игроков. Простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игр, угловых, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча, подаче. Упражнения для развития умения видеть поле: ведение мяча в произвольном направлении на ограниченной площади с одновременным наблюдением за партнерами, чтобы не столкнуться друг с другом.

Направление 5. «Эстафеты и соревнования»

Соревнования:	По физической, технической (контрольные нормативы) и игровой подготовке по упрощенным правилам
---------------	--

Направление 6. «Контрольные нормативы»

Требования к методам и средствам контроля:	Соответствие критериям стандартизации (надёжность, информативность, наличие систем оценки, стандартность условий проведения); простота и доступность возможностям детей; исключение влияния предыдущего двигательного опыта и морфофункциональных особенностей развития; применимость в любых условиях внешней среды
--	--

Календарный план работы с детьми 5-6 лет

Тема, форма организации занятия	Задачи	Содержание/
№ 1-2 Диагностика Групповое	Выявить уровень физической подготовленности детей.	1. Прыжок в длину с места (см) 2. Бег 30 м (с) 3. Метание теннисного мяча на дальность (м) 4. Наклон вперед из положения стоя: на скамье (см)
№3 Комплектование подгрупп	Распределить детей по подгруппам	Согласно результатам диагностики Комплектуется 2 подгруппы по 15 человек в каждой. В подгруппу включаются мальчики и девочки
№ 4 История возникновения мяча Групповое	Познакомить с историей возникновения мяча. Углубить представление детей о спортивных играх с мячом. Развивать ориентировку в пространстве	История возникновения мяча, исследование свойств мячей и их возможностей. Беседа «Спортивные игры с мячом». Д/и «Что это за мяч?». П/и «Пятнашки с мячом».
№5-7 «Броски мяча» Групповое	Учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 3-5 раз подряд. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. при прокатывании мяча. Воспитывать самостоятельность.	Броски мяча вверх и ловля его на месте не менее 3-х раз подряд. Прокатывание мяча одной рукой и двумя руками из разных и.п. между предметами (ширина 90-40 см., длина 1,5-2 м.) Прокатывание мяча ногами по прямой. П/и «Ловкий стрелок»
№ 8-10 Подбрасывание мяча	Упражнять в умении: двигаться в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место; ходить по кругу друг за другом с выполнением простых упражнений. Развивать быстроту двигательной реакции.	Бег в разных направлениях. Ходьба по кругу. Передвижение в сочетании с ходьбой, прыжками, остановками и поворотами.
№ 11-13 Броски и ловля мяча	Учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 3-5 раз подряд. Закреплять умение самостоятельно	Броски мяча вверх и ловля его на месте не 3 раз подряд. Прокатывания мяча одной рукой и двумя руками из разных и.п. между предметами (ширина 90-40см., длина 1,5-

	принимать исходное положение при прокатывании мяча. Воспитывать самостоятельность	2м.). Прокатывание мяча ногами по прямой. П/и «Ловкий стрелок».
№ 14-16 Подбрасывание мяча	Продолжить учить бросать мяч вверх с хлопками. Упражнять в перебрасывании мяча. Воспитывать ловкость	Подбрасывание мяча вверх с хлопками Перебрасывание мяча друг другу из разных и.п. П/и «Ловишка с мячом».
№ 17-19 Броски мяча	Отрабатывать броски мяча вверх в движении. Развивать глазомер, координации движений. Отрабатывать бросок мяча ногой в цель.	Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 3 раз подряд) Броски мяча об пол и ловля 2 раза на месте. П/и «Ловишка с мячом». Броски мяча ногой в цель.
№ 20-22 Броски мяча	Учить бросать мяч об пол и ловить его двумя руками не менее 3 раз подряд. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. Воспитывать настойчивость. Учить передавать друг другу мяч ногами.	Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении (не менее 3 раз). Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя, сидя. Передача мяча друг другу в парах. П/и «Мяч в воздухе».
№ 23-25 Перебрасывание мяча	Учить бросать и мягко ловить мяч в парах разными способами. Развивать ловкость, внимание, глазомер.	Перебрасывание, прокатывание мяча сидя и стоя друг к другу. Перебрасывание мяча друг другу с помощью ног. П/и «Мяч в воздухе».
№ 26-28 Перекатывание набивного мяча	Упражнять в перекатывании набивного мяча друг другу. Развивать координацию движений, внимание.	Забрасывание мяча в корзину. Перекатывание набивного мяча друг другу. Ударить перед собой мяч, повернуться кругом, поймать мяч. П/и «Кого назвали, тот и ловит».
№ 29-31 Перебрасывание мяча	Учить перебрасывать мяч друг другу. Совершенствовать метание набивного мяча. Воспитывать выдержку.	Перебрасывание мяча. Метание набивного мяча из-за головы. П/и «Гонка мячей по шеренгам».
№ 32-34 Перебрасывание мяча	Продолжать учить перебрасывать мяч друг другу. Развивать быстроту, ловкость, умение быть организованным.	Перебрасывание мяча. Прокатывание в ворота набивного мяча головой. П/и «Мяч – капитану».
№ 35-37 Броски мяча	Упражнять в быстрой смене движений. Закреплять умение работать в парах. Развивать внимание	Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза. Перебрасывание мяча через сетку в парах. Передача мяча друг другу парами с помощью ног. П/и «Вышибалы»
№37-39 Отбивание мяча	Учить отбивать мяч одной рукой на месте. Учить останавливать мяч ногой. Упражнять в быстрой смене движений. Развивать ловкость.	Отбивание мяча правой и левой рукой на месте. Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза. Остановка мяча ногой. П/и «Отбей мяч»

№40-42 Отбивание мяча	Учить отбивать мяч в движении. Развивать глазомер, ловкость при броске мяча в корзину.	Отбивание мяча правой и левой рукой. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо. Забрасывание мяча в ворота. П/и «Лови – не лови».
№43-45 Забрасывание мяча	Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. Закрепить умение подбрасывать и мягко ловить мяч с хлопком.	Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо. Подбрасывание мяча с хлопками в движении. Прыжки на мячах. Забрасывание мяча в ворота. П/и «Ловкий стрелок».
№46-48 Перебрасывание мяча	Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами. Развивать силу броска, точность движений, глазомер.	Перебрасывание мяча в парах Перебрасывание мяча одной рукой, ловля 2 руками. П/и «Мельница».
№49-51 Перебрасывание мяча	Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. Развивать чувство ритма, точности.	Перебрасывание мяча в парах с отскоком от земли. Перебрасывание мяча друг другу одной рукой, ловля двумя руками. П/и «Ловишка с мячом».
№52-54 Забрасывание мяча	Учить забрасывать мяч в кольцо с трех шагов. Продолжать учить принимать правильное и.п. при метании в вертикальную цель. Учить забрасывать мяч в ворота. Совершенствовать прыжки на мячах-хоппах	Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3-х шагов). Метание мяча в вертикальную цель (с 3 – 4 м.). Броски мяча в цель (ворота) с помощью ног. Прыжки на мячах – хоппах. П/и «Гонка мячей по шеренгам».
№55-57 Броски мяча	Учить определять направление и скорость мяча. Развивать быстроту, выносливость	Бросок мяча об стену и ловля его (с хлопком). Броски мяча вверх, ловля мяча сидя. П/и «Не урони мяч».
№58-60 Перебрасывание мяча	Учить правильно ловить и бросать мяч, регулировать силу броска. Учить передавать мяч ногами друг другу. Развивать координацию движений, глазомер, внимание.	Перебрасывании мяча одной рукой, ловля двумя руками (в парах). Перебрасывание мяча с одной руки в другую. Передача мяча друг другу ногами. П/и «Охотники и куропатки».
№61-63 Отбивание мяча	Учить правильно ловить мяч, удерживать кистями рук. Отрабатывать навык ведения мяча в ходе до обозначенного места. Учить останавливать мяч ногой. Развивать ловкость.	Отбивание мяча правой, левой рукой в движении Перебрасывание мяча друг другу в парах.
№ 64-66 Перебрасывание мяча	Продолжать учить правильно ловить мяч, удерживать кистями рук. Упражнять в произвольном действии с мячами. Развивать координацию.	Перебрасывание мяча стоя и сидя друг к другу. Сидя бросить мяч, вскочить на ноги и поймать мяч. Прыжки на мячах – хоппах. П/и «Лови – не лови».
№ 67-69 Знакомство с мячами –	Познакомить с мячами – футболами. Учить правильно сидеть на футболах. Развивать	Прокатывание футбола по гимнастической скамейке; между ориентирами. Упражнения с футболами (сидя, лежа).

фитболами	выносливость, координацию движений.	П/и «Пятнашки на улиточках».
№70-72 Перебрасывание мяча	Учить взаимодействовать двум и более игрокам Отрабатывать умение быстро и точно передавать мяч друг другу. Совершенствовать прыжки на мячах.	Перебрасывание мяча из – за головы. Передача мяча друг другу ногой. П/и «Мяч в воздухе».
№ 73-75 Упражнения с мячом – фитболом	Учить отбивать фитбол двумя руками. Совершенствовать навыки ведения мяча. Продолжать учить регулировать силу отталкивания н/мяча	Отбивание фитбола 2 руками в ходьбе. Отбивание мяча правой, левой рукой в движении. Прокатывание в ворота набивного мяча друг другу. П/и «Салки с мячом».
№76-78 Упражнения с мячом – фитболом	Продолжать учить удерживать мяч кистями рук. Развивать равновесие, координацию движений при балансировке на фитболе.	Перебрасывание фитбола друг другу в парах. Из положения лежа на (фитболе) на животе переход, прокатываясь вперед (руки упор на полу). П/и «Вышибалы».
№ 79-81 Игры с фитболом	Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру. Отрабатывать мягкую ловлю мяча двумя руками с хлопком. Упражнять в прыжках на мячах – хоппах	Перебрасывание мяча через сетку (в парах). Броски мяча вверх с хлопками за спиной. Прыжки на мячах – хоппах. Передача мяча в парах, тройках с помощью ног. П/и «Попади мячом в цель».
№ 82-84 Отбивание мяча	Развивать равновесие, координацию движений при балансировке на фитболе. Воспитывать уверенность.	Балансировка на фитболе (сидя, стоя на коленях, руки в стороны; лежа на животе, руки в стороны). П/и «Догони мяч»
№85-87 Школа мяча	Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. Закреплять умение занимать правильное и.п. при метании на дальность.	Забрасывание мяча в баскетбольную корзину (с 2 шагов). Метание набивного мяча на дальность. Перебрасывание набивного мяча друг другу. П/и «Вышибалы».
№88-90 Отбивание мяча	Учить отбивать мяч одной рукой на месте. Учить останавливать мяч ногой. Упражнять в быстрой смене движений. Развивать ловкость.	Отбивание мяча правой и левой рукой на месте. Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза. Остановка мяча ногой. П/и «Отбей мяч»
№ 91-93 Забрасывание мяча	Учить забрасывать мяч в кольцо с трех шагов. Продолжать учить принимать правильное и.п. при метании в вертикальную цель. Учить забрасывать мяч в ворота. Совершенствовать прыжки на мячах-хоппах	Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3-х шагов). Метание мяча в вертикальную цель (с 3 – 4 м.). Броски мяча в цель (ворота) с помощью ног. Прыжки на мячах – хоппах. П/и «Гонка мячей по шеренгам».
№ 94-96 Перекачивание набивного мяча	Упражнять в перекачивании набивного мяча друг другу. Развивать координацию движений, внимание.	Забрасывание мяча в корзину. Перекачивание набивного мяча друг другу. Ударить перед собой мяч, повернуться кругом, поймать мяч. П/и «Кого назвали, тот и ловит».

№ 97-99 Упражнения с мячом – фитболом	Продолжать учить удерживать мяч кистями рук. Развивать равновесие, координацию движений при балансировке на фитболе.	Отбивание фитбола 2 руками в ходьбе. Отбивание мяча правой, левой рукой в движении. Прокатывание в ворота набивного мяча друг другу. П/и «Салки с мячом».
№100-102 Диагностика	Выявить уровень физической подготовленности детей	1. Прыжок в длину с места (см) 2. Бег 30 м (с) 3. Метание теннисного мяча на дальность (м) 4. Наклон вперед из положения стоя: на скамье (см)
№ 103-105 Эстафеты	Формировать навыки самостоятельно и коллективно играть с мячом, видеть площадку, помогать друг другу в достижении общей цели игры	Эстафеты с ведением мяча руками и ногами. Игра в баскетбол
№106-108 Эстафеты	Приучать детей творчески применять действия с мячом, выбирать более соответствующие способы их выполнения.	Эстафеты с мячом: - отбивание перед собой; - подкидывание и ловля; - подкидывание с заданиями.
Всего	108	

Календарный план работы с детьми 6-8 лет

№ и тема занятия	Задачи	Содержание
№ 1 Комплектование подгрупп	Распределить детей по подгруппам	Согласно результатам диагностики Комплектуется 2 подгруппы по 15 человек в каждой. В подгруппу включаются мальчики и девочки
№ 2-3 История возникновения мяча	Напомнить историю возникновения мяча. Углубить представление детей о спортивных играх с мячом. Развивать ориентировку в пространстве	История возникновения мяча, исследование свойств мячей и их возможностей. Д/и «Что это за мяч?». П/и «Горячая картошка».
№ 4 Беседа о спортивной игре «мини-волейбол»	Познакомить детей со спортивной игрой волейбол, правилами игры. Закреплять умение мягко ловить мяч кистями рук. Воспитывать культуру взаимодействия, целеустремленность	Беседа о спортивной игре «Волейбол». Броски мяча вверх и ловля его на месте. П/и «Ловишка с мячом»
№ 5 Беседа о спортивной игре	Познакомить детей со спортивной игрой баскетбол, правилами игры. Упражнять в забрасывании мяча в корзину,	Беседа о спортивной игре «Баскетбол». Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо Броски мяча вверх с хлопком П/и «Охотники и куропатки».

«Баскетбол»	мягкой ловле кистями рук. Развивать глазомер, ловкость. Воспитывать культуру взаимодействия, целеустремленность	
№ 6 Беседа о спортивной игре «Футбол»	Познакомить детей со спортивной игрой футбол, Забрасывание мяча в ворота. правилами игры. Закреплять умение мягко ловить мяч ногой. Воспитывать целеустремленность	Броски мяча друг другу. П/и «Охотники и куропатки»
№ 7-9 Диагностика	Выявить уровень физической подготовленности детей	1. Прыжок в длину с места (см) 2. Бег 30 м (с) 3. Метание теннисного мяча на дальность (м) 4. Наклон вперед из положения стоя: на скамье (см)
№10-12 Броски и ловля мяча	Учить бросать мяч об пол и ловить его в движении. Закрепить навык перебрасывания мяча. Закреплять навык передачи друг другу мяча с помощью ног. Развивать глазомер, координацию движений	Броски мяча вверх и ловля его. перебрасывание мяча. Передача мяча друг другу парами, в тройках П/и «Лови – не лови»
№13-15 Броски мяча	Учить бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно. Развивать ловкость при ловле мяча. Останавливать мяч в движении. Воспитывать настойчивость в достижении результатов	Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно. Присесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги, поймать мяч. Остановка движущегося мяча с помощью ног. П/и «Мяч в воздухе»
№16-18 Отбивание мяча	Закреплять умение бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно. Закреплять умение отбивать движущийся мяч ногой. Развивать внимание, координацию движений	Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно. Перебрасывание мяча друг другу. Остановка и отбивание мяча с помощью ног. П/и «Кого назвали, тот и ловит».
№ 19-21 Перебрасывание мячей	Учить перебрасывать и ловить два мяча одновременно. Совершенствовать прыжки. Развивать ловкость.	Перебрасывание двух мячей в парах одновременно. Прыжки на мячах – хоппах. Передача мяча ногой. П/и «Охотники и зверь»
№ 22-24 Отбивание мяча	Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. Упражнять в метании набивного мяча на дальность. Развивать чувство ритма.	Отбивание мяча поочередно правой, левой рукой. Перебрасывание двух мячей в парах одновременно. Метание набивного мяча на дальность. П/и «Гонка мячей по шеренгам».
№25-27 Балансировка на фитболе	Учить балансированию на фитболе, сохраняя равновесие. Продолжать учить перебрасывать мяч через сетку. Совершенствовать навыки	Балансировка на фитболе (сидя, стоя на коленях, руки в стороны; лежа на животе, руки в стороны). Перебрасывание мяча через сетку. Ведение мяча в движении. П/и «Меткий стрелок»

	ведения мяча.	
№28-30 Забрасывание мяча	Добиваться активного движения кисти руки при Забрасывание мяча в корзину с двух шагов. броске мяча в корзину. Упражнять в быстрой смене движений. Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру. Закреплять умение забрасывать мяч в ворота в движении. Развивать ориентировку в пространстве.	Прокатывание набивного мяча из разных и.п. Перебрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками. Броски мяча в ворота в движении. П/и «Горячая картошка».
№31-33 Бросание и ловля мяча	Учить соразмерять силу броска с расстоянием. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук. Развивать глазомер.	Бросание и ловля набивного мяча. Забрасывание мяча в корзину с двух шагов. Перебрасывание мяча в парах разными способами. П/и «Пятнашки на улиточках».
№34-36 Ведение мяча	Учить вести мяч с поворотом. Закрепить умение делать хороший замах, энергичный бросок. Закрепить умение вести мяч ногой, с помощью ориентиров. Развивать выносливость.	Ведение мяча с поворотом. Бросание мяча до указанного ориентира. Прыжки на мячах – хопках. Ведение мяча ногой с помощью ориентиров. П/и «Мяч капитану».
№ 37-39 Ведение мяча	Учить управлять мячом, мягко отталкивая кистью. Закреплять умение работать в парах. Развивать внимание.	Ведение мяча, продвигаясь бегом. Ведение мяча в произвольном направлении на ограниченной площади с одновременным наблюдением за партнерами, чтобы не столкнуться друг с другом. Перебрасывание мяча в парах. Подбрасывание и ловля мяча. П/и «Мяч - ловцу»
№40-42 Перебрасывание мяча	Учить ловко принимать и точно передавать мяч друг другу Развивать ориентировку в пространстве	Перебрасывание мяча друг другу. Отбивание мяча. Передача мяча ногой в движении. П/и «Мельница».
№43-45 Броски мяча	Учить отбивать мяч ладонями Упражнять в перебрасывании мяча ногой друг другу в движении. Развивать глазомер, ловкость, чувство ритма.	Броски мяча о стену. Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно. П/и «Ловишка с мячом»
№46-48 Забрасывание	Закреплять навык забрасывания мяча в корзину. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо мяча (февраль) Упражнять в быстрой и точной передаче мяча в парах Упражнять в умении броска в ворота Развивать глазомер, ловкость.	Перебрасывание мяча друг другу. Бросание мяча в вертикальную цель. Бросок мяча ногой в ворота. П/и «Попади мячом в цель»
№49-51 Передача мяча	Учить определять направление и скорость мяча, удерживать кистями рук	Передача мяча в парах. Развивать координацию движений. Перебрасывании мяча друг другу. Перебрасывание набивного

		мяча в парах. П/и «Мельница».
№52-54 Балансировка на фитболе	Закреплять навык устойчивого равновесия при балансировке на фитболе. Развивать внимание.	Лежа на животе на фитболе, поворот на спину. Балансировка на фитболе лежа на животе. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы. П/и «Охотники и куропатки»
№55-57 Отбивание мяча	Закреплять умение отбивать мяч ладонями в нужном направлении. Упражнять в точной передаче мяча друг другу. Закреплять умение останавливать мяч ногой в движении. Совершенствовать технику движений.	Отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении. Перебрасывание мяча друг другу в парах. Остановка и передача мяча в движении. П/и «не урони мяч».
№58-60 Ведение мяча	Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. Развивать ориентировку в пространстве.	Ведение мяча в разных направлениях, с остановкой на сигнал. Бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы. Прыжки на мячах – хоппах. П/и «Лови – не лови».
№61-63 Ведение мяча	Упражнять в броске мяча в корзину с разного расстояния.	Бросание мяча в корзину с разного расстояния. П/и «Пятнашки на улиточках».
№64-66 Забрасывание мяча	Продолжать учить занимать правильное исходное положение при забрасывании мяча в корзину. Закреплять умение броска мяча ногой в ворота на меткость. Отрабатывать навык отбивания мяча на месте. Развивать выносливость.	Забрасывание мяча в корзину с двух шагов. Бросок мяча в ворота на меткость. Отбивание мяча на месте. П/и «Футбол».
№67-69 Броски мяча	Закреплять умение правильно ловить мяч, удерживать кистями рук. Упражнять в точной передаче мяча друг другу. Развивать глазомер, ловкость.	Броски мяча с хлопком и ловля его в движении Перебрасывание 2 мячей одновременно в парах. П/и «Салки с мячом».
№70-72 Перебрасывание мяча	Развивать точность движений при переброске мяча через сетку. Совершенствовать прыжки на мячах – хоппах.	Перебрасывание мяча через сетку, отбивание толчком двух ладоней. Передача мяча ногой в движении. Прыжки на мячах – хоппах П/и «Гонка мячей по шеренгам».
№73-75 Перебрасывание мяча	Упражнять в перебрасывании мячей в парах. Развивать координацию движений.	Перебрасывание мяча стоя и сидя друг к другу. Отбивание фитбола двумя руками П/и «Пятнашки на улиточках»
№76-78 Ловля мяча	Развивать быстроту, сообразительность.	Забрасывание мяча в корзину с разного расстояния. Ловля мяча. Метание набивного мяча на дальность. П/и «Мяч в воздухе».
№79-81 Балансировка на фитболе	Закреплять навык устойчивого равновесия при балансировке на фитболе. Развивать внимание.	Лежа на животе на фитболе, поворот на спину. Балансировка на фитболе лежа на животе. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы. П/и «Охотники и куропатки»
№82-84	Упражнять в перебрасывании	Бросание мяча до указанного ориентира

Ведение мяча	мяча.	Перебрасывание мяча друг другу в парах стрелок»
№85-87 Забрасывание мяча	Продолжать учить забрасывать мяч в ворота. Совершенствовать прыжки на мячах-хоппах	Броски мяча в цель (ворота) с помощью ног. Прыжки на мячах – хоппах. П/и «Гонка мячей по шеренгам».
№ 88-90 Зачетная игра	Формировать навыки самостоятельно и коллективно играть с мячом, видеть площадку, помогать друг другу в достижении общей цели игры.	Спортивная игра в баскетбол.
№91-93 Соревнования		Спортивная игра в мини-волейбол.
№94-96 Соревнования	Приучать детей творчески применять действия с мячом, выбирать соответствующие способы их выполнения.	Спортивная игра в футбол.
№97-99 Эстафеты	Продолжать формировать навыки самостоятельно и коллективно играть с мячом, видеть площадку, помогать друг другу в достижении общей цели игры	Эстафеты с ведением мяча руками и ногами.
№100-102 Эстафеты	Приучать детей творчески применять действия с мячом, выбирать более соответствующие способы их выполнения.	Эстафеты с мячом: - отбивание перед собой; - подкидывание и ловля; - подкидывание с заданиями.
№ 103-105 Фестиваль спортивных игр совместно с родителями		Спортивная игра в мини-волейбол. Спортивная игра в футбол. Спортивная игра в баскетбол.
№ 106-108 Диагностика	Выявить уровень физической подготовленности детей	1. Прыжок в длину с места (см) 2. Бег 30 м (с) 3. Метание теннисного мяча на дальность (м) 4. Наклон вперед из положения стоя: на скамье (см)
Всего	108	

2.3. Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы

Форма проведения итоговой аттестации: итоговое занятие с выполнением контрольных упражнений; зачетная игра; соревнования по спортивной игре (мини-волейболу, футболу).

Форма проверки результатов освоения программы: диагностика.

Средние показатели физической подготовленности детей дошкольного возраста (прыжок в длину с места по Г.Н. Сердюковской, метание по С.С.Прищепы, гибкость по О.А. Сиротиной, бег на 30 м по нормам ВФСК ГТО I ступени с учетом регионального компонента)

№ п/п	Наименование теста	5-6 лет		6-7 лет	
		м	д	м	д
1	Прыжок в длину с места (см)	80 – 105	70 – 95	95 – 120	90 – 115
2	Бег 30 м (с)	7,4 – 8,6	8,0 – 9,0	7,0 – 7,8	7,2 – 8,0
3	Метание теннисного мяча на дальность (м)	5 – 6,5	4 – 5,5	6 – 9	5,5 – 8
4	Наклон вперед из положения стоя: на полу (для ср); на скамье (для ст. и подг.) (см)	2 – 6	4 – 8	3 – 7	5 – 9

Оценка достижения планируемых результатов может осуществляться в виде: зачетного занятия с выполнением контрольных упражнений; зачетной игры; соревнований по спортивным играм (баскетболу, волейболу, футболу).

2.4. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество дней	Количество часов	Режим занятий
1й 5-6 лет (1, 2 подгруппа)	02.09.2024	31.05.2025	36	108	108	3 раза в неделю по 25 минут Понедельник, среда, пятница 1-подгруппа - 17.00 – 17.25, 2-подгруппа 17.35 – 18.00
2й 6-8 лет (1, 2 подгруппа)	02.09.2024	31.05.2024	36	108	108	3 раза в неделю по 30 минут Понедельник, среда, пятница 1-подгруппа - 18.10 – 18.40, 2-подгруппа 18.50 – 19.20

2.5. Форма подведения итогов реализации программы

Формой подведения итогов реализации программы являются открытые занятия и соревнования: внутри дошкольного учреждения (спортивные развлечения, семейные соревнования и т.д.), городские и областные спортивные соревнования между ДОУ.

Формы демонстрации образовательных результатов:

- размещение материалов на официальном сайте дошкольного учреждения: видеоролики, печатные материалы, фотовыставка, заполнение журнала посещаемости, грамоты (при наличии конкурсов в образовательной среде);
- открытые занятия и соревнования: внутри дошкольного учреждения (спортивные развлечения, семейные соревнования и т.д.), городские и областные спортивные соревнования между ДООУ.

III. Организационный раздел

3.1. Методы и формы организации образовательного процесса

Методы воспитания/обучения

1. Словесные: поощрения; рассказ, команды, указания, напоминания; вопросы; объяснения; названия элементов, упражнений, двигательных действий; лого-ритмическое сопровождение упражнений.
2. Наглядные: показ упражнений, элементов работы с мячом, жесты; видео-просмотр игр, наглядные пособия (схемы, графические рисунки упражнений); зрительные ориентиры (разметка на полу, части тела); звуковые ориентиры (свисток, хлопки);
3. Практические: повторение упражнения (многократное повторение движений при сохранении содержания, величины, характера нагрузки, многократное повторение упражнений при строгой регламентации его продолжительности и пауз отдыха между повторениями, выполнение одного и того же упражнения с мячами разного веса и в разных условиях), соревнования.
4. Метод сопряженных взаимодействий - основан на взаимосвязи развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков (для этого используются специальные упражнения, направленные на развитие необходимых двигательных качеств при условии их динамического соответствия биомеханическим особенностям разучиваемых на занятии двигательных действий (элементов и частей техники конкретного двигательного действия)).
5. Игровой метод - характеризуется постоянным или внезапным изменением игровых ситуаций при наличии определенного сюжета и конечной цели (используется для избирательного воздействия на отдельные физические способности занимающихся и комплексного совершенствования их двигательной активности).
6. Соревновательный метод - это специально организованные состязания с использованием мячей, в которых создаются условия для индивидуальной и командной борьбы (применяется при воспитании физических качеств, совершенствовании технических приемов, для стимулирования интереса и активизации занимающихся). При использовании этого метода у занимающихся происходят самые высокие сдвиги в деятельности систем и функций организма.
Игровой и соревновательные методы применяются после того, как у детей образовались некоторые навыки игры.
7. Метод круговой тренировки - предусматривает выполнение серии упражнений на специально подготовленных местах. Состав упражнений подбирается с расчетом разностороннего воздействия на различные мышечные группы и физические способности занимающихся.

Педагогические технологии, используемые при реализации программы:

- технология группового обучения;
- технология дифференцированного обучения;
- технология развивающего обучения;
- технология игровой деятельности,

- здоровьесберегающие технологии: дыхательная гимнастика; пальчиковые игры со словами; гимнастика для глаз; физкультминутки, динамические паузы).

Формы организации образовательного процесса

1. Занятия

<i>теоретические:</i> предполагают рассказ об истории возникновения мяча; создании и развитии спортивных игр с мячом; о роли спортивных игр в повседневной жизни, в самостоятельной активности; о здоровом образе жизни	<i>групповые</i>
<i>учебно-тренировочные:</i> обеспечивают обучение новым физическим упражнениям с мячом и без; достаточный уровень физической подготовленности; выполнение тактических и технических приемов; совершенствование умения действовать в коллективе о соревноваться; формирование у занимающихся устойчивого интереса к занятиям. Важнейшим требованием тренировочного занятия является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к воспитанникам с учетом их состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических качеств, соблюдения гигиенических норм.	<i>групповые</i> <i>индивидуальные</i> (направлены на совершенствование умений детей, которые имеют слабую подготовку или наоборот, сильную) <i>самостоятельные</i> (предусматривают самостоятельное выполнение упражнений с мячом и без мяча; проявление индивидуальности, реализацию своих потребностей в движении; дальнейшее распространение действия с мячом среди сверстников)
<i>комбинированные</i>	<i>групповые</i>

Основу программы составляют учебно-тренировочные занятия. Структура учебно-тренировочных занятий (традиционная).

Разминка (5-10 минут) состоит из построения, различных видов ходьбы (бега), прыжков, подводящих упражнений по обучению технике передвижения, знакомы упражнения с мячом, не требующие много времени на объяснения. Разминка обеспечивает разогревание организма, повышение частоты пульса, дыхания.

Основная часть (10-20 минут) – направлена на овладение основными техниками игры с мячом и развитие физических качеств, состоит из специально-подготовленных упражнений на отработку основных приемов (ведение мяча; прием и передача в парах; выполнение нападающего удара и др.); подвижных игр и игровых упражнений с мячом и без; учебные игры в волейбол, баскетбол, футбол.

Перед началом каждого занятия (в подготовительной части либо в начале основной части) проводится инструктаж по технике безопасности, обсуждаются общие правила предупреждения травматизма, запрещенные упражнения. Безопасность Программы - это возможность принести максимальную пользу организму ребенка с наименьшей угрозой травматизма.

Заключительная часть (5-10 минут) – предусматривает постепенное снижение нагрузки: дыхательные упражнения, упражнения на расслабление, подвижные игры малой активности, направленные на восстановление функций организма после нагрузки.

Занятия проводятся в физкультурном зале, в теплое время года на спортивном участке, с детьми, не имеющими медицинских противопоказаний для занятий.

2. Воспитательные мероприятия: беседы, спортивные праздники и развлечения.

3. Открытые занятия и соревнования: внутри дошкольного учреждения, внешние взаимодействия (соревнования между командами ДООУ г. Южно-Сахалинска и Сахалинской области).

4. Взаимодействие с родителями:

- консультации, памятки;
- советы, рекомендации (игры, задания);
- совместные спортивные праздники, физкультурные развлечения, досуги, дни здоровья.

3.2. Методическое обеспечение программы

Перечень рекомендуемых учебных изданий для педагогов:

1. Антонов Ю.Е. «Школа мяча»// Инструктор по физкультуре № 3.– М. ТЦ «Сфера», 2013.
2. Безруких, М.М., Сонькин В.А. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. – М., 2004.
3. Волошина Л.В. «Играйте на здоровье» Программа и технологии физкультурного воспитания детей 5-7 лет.– М.: АРКТИ. 2004.
4. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. «Спортивные игры, техника, тактика обучения», М:Академия, 2001.
5. Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. – М.:ТЦ Сфера, 2006.
6. Нормы ВФСК ГТО I ступени, 2020 г.
7. Николаева Н.И. «Школа мяча» – СПб: Детство-Пресс, 2016.
8. Пензулаева Л.И. «Подвижные игры и игровые упражнения в детском саду 5-7 лет» – М. Владос. 2002.
9. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа – М.: Мозаика-Синтез, 2015.
10. Родионова Е.Б. Здоровьесберегающие технологии как основа формирования культуры здоровья дошкольников. Актуальные инновационные исследования: наука и практика. 2015. № 2.
10. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: Учеб. Пособие / Под. Общ. Ред. Н.В.Сократова.– М., 2005.
11. Утробина К.К. Занимательная физкультура для дошкольников. 5-7 лет. – М., 2003.

Методический материал:

1. Дидактический материал «Виды спорта».
2. Картотеки: «ОРУ с мячом»; «Подвижные игры с мячом», «Русские народные игры с мячом», «Спортивные игры с мячом», «Современные мячи», «Игры и упражнения с мячом».
3. Картотека оздоровительной гимнастики, музыкального сопровождения.
4. ИКТ: планирование в электронном виде, диагностика (составление таблиц, схем, диаграмм), создание презентаций, поиск информации, фото и видеоизображения, хранение информации, размещение информации на сайте дошкольного учреждения.

3.3. Материально-технические условия реализации программы

На базе МАДОУ

Физкультурный зал (61.3 кв.м.) совмещен с музыкальным и работает по специальному графику. Развивающая предметно-пространственная среда зала создана с учетом целей, задач и принципов, возрастной специфики и обеспечивает реализацию Программы в полном объеме.	
Мячи резиновые разных размеров	по 16
Мячи баскетбольные	16
Мячи японские мини-волейбольные	16
Мячи футбольные	16
Фитболы (хоппы)	16
Обручи	15
Конусы-ориентиры	10
Гимнастические скамейки	2
Баскетбольные корзины	2
Баскетбольные стойки с сетками	2
Волейбольная сетка	2
Мишени	2
Напольные корзины	1

Насос	2
ТСО: магнитофон, флеш-карта	2
Часы - секундомер	1
Свистки	2
Спортивная одежда (футболка, шорты, кеды или кроссовки)	На каждого ребенка
Аптечка	1
Спортивная площадка	
Волейбольная площадка с волейбольной сеткой	1
Футбольные ворота	2

3.4. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы осуществляется инструктором по физкультуре с учетом квалификационных требований и профессиональных стандартов. Педагог осуществляет дополнительное образование обучающихся в соответствии с направленностью образовательной программы.