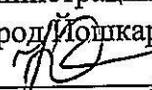


Управление образования Администрации городского округа «Город Йошкар-Ола»  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 52 г. Йошкар-Олы «Колибри»  
424038, Россия, Республика Марий Эл, город Йошкар-Ола, улица Петрова, дом 30 А,  
E-mail: doy52kolibri@mail.ru

СОГЛАСОВАНО

Начальник отдела дошкольного  
образования управления образования  
администрации городского округа  
«Город Йошкар-Ола»

  
Ю.Н. Соловьева  
«31» 08 2023г.

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

От «31» августа 2023 г.

Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБДОУ сад № 52 «Колибри»  
г. Йошкар-Олы»

  
Н.С. Лаптева  
«31» августа 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Школа мяча»

ID программы: 8294

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Уровень программы: стартовый

Категория и возраст воспитанников:

4-5 лет (средняя группа)

5-6 лет (старшая группа)

Срок освоения программы: октябрь 2023 г. - май 2024 г.

Объем часов:

4-5 лет (средняя группа) 48 час.

5-6 лет (старшая группа) 48 час.

Ф.И.О., должность разработчика программы:

Владимирова Е.А. инструктор по физической культуре

Йошкар-Ола,  
2023 г.

## **Содержание**

### Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Объем программы
- 1.4. Содержание программы
- 1.5. Планируемые результаты

### Раздел 2. Комплекс организационно - педагогических условий

- 2.1. Учебный план
- 2.2. Календарный учебный график
- 2.3. Условия реализации программы
- 2.4. Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации
- 2.5. Оценочные материалы
- 2.6. Методические материалы
- 2.7. Список литературы
- 2.8. Приложение

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

#### ***Направленность программы.***

Программа «Школа мяча» предназначена для работы с дошкольниками в области дополнительного образования. Программа позволяет системно формировать, развивать, у дошкольников технические и тактические навыки владения мячом через игровые упражнения, подвижные игры с элементами спорта. Программа дополнительного образования детей «Школа мяча» имеет физкультурно-спортивную направленность и обеспечивает возможность создания условий для развития личности дошкольников.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа мяча» составлена на основе законов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242);
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 03 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28);
- Устав МБДОУ «Детский сад №52 г. Йошкар-Олы «Колибри»

#### ***Актуальность программы.***

Актуальность программы «Школа мяча» заключается в том, что последние социологические исследования выявили, что одними из самых популярных видов спорта являются игровые виды спорта. Технические приемы, тактические действия и особенно игра с мячом таят в себе большие

возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. Доказано, что в игровой деятельности подчеркивают уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма.

Помимо этого, актуальность программы обусловлена также тем, что игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, её индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

### ***Отличительные особенности программы, новизна.***

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в катании, бросании, отбивании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом различного объёма развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки. Систематические игры и упражнения с мячом активно влияют на совершенствование психических процессов: силы, уравновешенности, подвижности. Совместное выполнение упражнений с мячом (в парах, в тройках, в кругу) – прекрасная школа приобщения ребёнка к коллективу. В играх, которые проводятся в команде, он учится слаженно работать с партнёрами. Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры. Поэтому упражнения с мячом занимают одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми и стали основой для составления данной программы.

Программа ориентирована на спортивные игры с мячом (баскетбол, волейбол (пионербол), бадминтон), подводящими к ним упражнениями с мячом по развитию технических и тактических навыков владения мячом.

### ***Адресат программы.***

Программа адресована детям:

- 4 до 5 лет (средняя группа);
- 5-6 лет (старшая группа).

Программа особенно будет интересна и полезна тем, что способствует улучшению общей координации движений, укреплению мышц ног, туловища, плечевого пояса и рук.

В упражнениях с мячом ребенок знакомится с различными пространственными понятиями – высоко, низко, верх, низ и т.д., учится управлять своими движениями.

Для обучения принимаются все желающие, имеющие медицинское заключение.

Количество обучающихся (14 человек).

### ***Срок освоения программы.***

Программа «Школа мяча» рассчитана один год обучения.

***Форма обучения:*** очная.

***Уровень программы:*** стартовый.

Обучение дошкольников в «Школе мяча» проходит поэтапно. На каждом занятии навыки владения мячом дети осваивают и закрепляют через игровую деятельность. Объяснения для детей сопровождаются показом и выполнением взрослым необходимых действий с мячом. Известно, что в дошкольном возрасте в воспитании ребёнка доминирующую роль играют зрительные образы, поэтому любое словесное объяснение сопровождается наглядным показом взрослого и многократным повторением упражнений.

- 4 до 5 лет (средняя группа):

На этом этапе дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом; их действия принимают направленный и осознанный характер. Этап углубленного разучивания упражнений характеризуется уточнением и совершенствованием техники выполнения.

- 5-6 лет (старшая группа):

Знакомятся с навыками владения мячом в спортивных играх и эстафетах.

### ***Особенности организации образовательного процесса.***

***Формы реализации образовательной программы:***

Формы работы

- ✓ индивидуальная (каждый ребенок должен выполнить все задания с мячом);
- ✓ групповая (при выполнении коллективных работ каждая группа выполняет определенное задание);
- ✓ коллективная (в процессе подготовки и выполнения коллективной работы дети работают все вместе, не разделяя обязанностей)
- ✓ фронтальная (все ребята выполняют одно и тоже задания независимо от форм построения: в колоннах, нескольких шеренгах, в кругу)

### ***Организационные формы обучения.***

Группы формируются из воспитанников одного возраста.

Состав группы воспитанников – постоянный.

### ***Режим занятий.***

Периодичность и продолжительность занятий устанавливается в зависимости от возрастных и психофизиологических особенностей, допустимой нагрузки обучающихся с учетом СанПиН 2.4.3648-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года №41

(Приложение №3).

<b>Группа</b>	<b>День недели</b>	<b>Общее количество часов в неделю</b>	<b>Время</b>	<b>Продолжительность одного академического часа</b>
4-5 лет	Среда пятница	2	17.30-17.50	20 мин
5-6 лет	Понедельник четверг	2	18.00-18.25	25 мин

### **1.2. Цель и задачи программы:**

#### ***4-5 лет (средняя группа)***

*Цель* – формирование у детей навыков владения мячом при всестороннем двигательном и физическом развитии.

*Задачи*

*Обучающие:*

- знакомить детей с историей, правилами и элементами спортивных игр: баскетбол, волейбол (пионербол), бадминтон.
- обучать детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.
- побуждать к активному использованию полученных знаний в процессе игры.
- формировать устойчивый интерес детей к спортивным играм.

*Развивающие:*

- развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер.
- формировать простейшие технико–тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, забрасывание в корзину, набивание волана, передача и приём волана.
- развивать умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.

*Воспитательные:*

- формировать общую культуру личности детей, в том числе ценности здорового образа жизни.
- воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.
- воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.
- воспитывать у дошкольников нравственные качества.
- формировать навыки здорового образа жизни.

**5-6 лет (старшая группа)**

*Цель* – формирование обогащения двигательного опыта детей, совершенствование навыков владения мячом, знакомство с элементами спортивных игр для их гармоничного физического развития.

*Задачи.*

*Обучающие:*

- знакомить детей с видами спорта с мячом, которые входят в Олимпийские игры.
- знакомить детей элементам и жестам спортивных игр: баскетбол, волейбол (пионербол), бадминтон.

*Развивающие:*

- развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер.
- формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: подача мяча, блокирование, передача мяча. Совершенствовать простейшие технико-тактические действия с мячом бросок через сетку, забрасывание в корзину, набивание волана, передача и приём волана.

- развивать способность действовать мячом на достаточно высоком уровне.

*Воспитательные:*

- формировать навыков и стереотипов здорового образа жизни.
- воспитывать положительные морально-волевые качества.
- воспитывать умение играть коллективно, подчиняя собственные желания интересам коллектива.

### **1.3. Объём и срок освоения программы.**

4 до 5 лет (средняя группа)- 48 часов;

5-6 лет (старшая группа)- 48 часов.

Срок освоения программы: 1 год.

### **1.4. Содержание программы:**

#### ***Структура занятия:***

Для обучения детей действиям с мячом организуются занятия, которые имеют традиционную структуру и состоят из трёх частей:

1. Вводная часть включает в себя различные виды ходьбы и бега или комплекс ритмической гимнастики.
2. Основная часть состоит из комплекса ОРУ с разными видами мячей, упражнения для кистей рук с мелкими предметами, двух видов ОВД с мячами, подвижных игр и дыхательных упражнений.
3. Подведение итогов организовывается в виде релаксации.

#### ***4 до 5 лет (средняя группа):***

- ✓ проведение бесед об истории и правилах спортивных игр с мячом;
- ✓ демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах игры и т.д., просмотр мультфильмов на спортивную
  - тематику, видеороликов;
- ✓ освоение детьми техникой игры в баскетбол, волейбол (пионербол), состоящую из двух видов действий: движения, которые выполняются без мяча или с мячом в руках без передачи его партнёру (стойка, остановки, повороты, прыжки), бадминтон, как держать ракетку, стойка и перемещение, подача, удары;
- ✓ перемещение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами;
- ✓ применение мелких предметов для развития мелких мышц рук;
- ✓ использование различных видов мячей для ОРУ;
- ✓ использование дыхательных упражнений;
- ✓ проведение ритмической гимнастики;
- ✓ использование упражнений на расслабление.

### **5-6 лет (старшая группа):**

- ✓ проведение бесед о видах спорта с мячом, которые входят в олимпийские игры;
- ✓ демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах игры и т.д., просмотр мультфильмов на спортивную тематику, видеороликов;
- ✓ освоение детьми техникой игры в баскетбол, волейбол, (пионербол), состоящую из двух видов действий: движения, которые выполняются без мяча или с мячом в руках без передачи его партнёру (стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения), бадминтон, как держать ракетку, стойка и перемещение, подача, удары;
- ✓ перемещение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами, подскоками;
- ✓ применение мелких предметов для развития мелких мышц рук;
- ✓ использование различных видов мячей для ОРУ;
- ✓ дыхательная гимнастика;
- ✓ ритмическая гимнастика;
- ✓ упражнения на релаксацию.

<b>возраст</b>	<b>Формы подведения итогов реализации программы</b>				
4-5 лет	итоговые занятия	соревнования	игры, эстафеты	оформление фотостенда	физкультурные досуги.
5-6 лет	итоговые занятия	соревнования	игры, эстафеты	оформление фотостенда	физкультурные досуги.

## **1.5. Планируемый результаты.**

### **4 до 5 лет (средняя группа)**

*Метапредметные результаты:* умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения; определять наиболее эффективные способы достижения результата; умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять.

*Личностные результаты:* дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей.

*Предметные результаты.*

Ребёнок выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание). Ребёнок умеет перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения, сидя ноги скрестно, через сетку. Ребёнок может бросать мяч вверх, о пол, ловить его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, с поворотами. Ребёнок

легко отбивает мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении, перебрасывает набивные мячи.

Ребёнок владеет метанием на дальность (6-12 м) левой и правой рукой; метанием в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя); метанием в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м); метанием в движущуюся цель.

Ребёнок освоил элементы спортивных игр:

#### *Баскетбол*

- ✓ умеет передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча),
- ✓ умеет забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча,
- ✓ умеет вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь по сигналу.

#### *Бадминтон*

- ✓ умеет правильно держать ракетку,
- ✓ умеет выполнять подачу, принимать волан сверху,
- ✓ умеет выполнять удары разнообразными способами (удары справа-сверху, слева-сверху),
- ✓ умеет играть в бадминтон в парах.

#### *Пионербол*

- ✓ умеет производить подачу из-за лицевой линии,
- ✓ умеет выполнять бросок через сетку из разных частей площадки,
- ✓ способен выполнять игровые действия в команде,
- ✓ правильно реагирует на свисток и жесты судьи.

### ***5-6 лет (старшая группа)***

*Метапредметные результаты:* умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

*Личностные результаты:* умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях; умение оказывать помощь своим сверстникам.

*Предметные результаты:* умеет бросать мяч вверх и ловить одной рукой (4-5 раз); бросание мяча в парах с поворотом вокруг своей оси. Умеет отбивать мяч от стены; одной рукой от пола, продвигаясь бегом. Забрасывает мяч в баскетбольную корзину стоя на месте из-за головы на расстоянии 2 метров.

Забрасывает мяч в баскетбольную корзину после ведения с фиксацией остановки.

Ребёнок владеет метанием на дальность (6-12 м) левой и правой рукой; метанием в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя); метанием в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м); метанием в движущуюся цель.

#### *Баскетбол:*

- ✓ умеет перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении,

- ✓ умеет ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон.

### *Бадминтон*

- ✓ умеет правильно держать ракетку,
- ✓ умеет выполнять подачу, принимать волан сверху,
- ✓ умеет выполнять удары разнообразными способами (удары справа-сверху, слева-сверху),
- ✓ умеет играть в бадминтон в парах, в четвёрках.

### *Волейбол:*

- ✓ умеет выполнять отбивание мяча после подачи соперника через сетку,
- ✓ умеет производить подачу надувного мяча одной рукой снизу, сверху,
- ✓ умеет производить подачу из-за лицевой линии,
- ✓ умеет выполнять бросок через сетку из разных частей площадки,
- ✓ способен выполнять игровые действия в команде,
- ✓ правильно реагирует на свисток и жесты судьи,
- ✓ выполняет простейшие правила игры.

## **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Учебный план**

#### *4-5 лет (средняя группа)*

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов в неделю/ год			Формы контроля
		Всего	теоретические занятия	практические занятия	
1.	Входная диагностика	2	0	2	Тестирование, наблюдение
2.	История возникновения мяча	1	0	1	Опрос, игра
3.	Броски мяча	6	0	6	Наблюдение
4.	Подбрасывание мяча	5	0	5	Наблюдение
5.	Перебрасывание мяча в парах	8	0	8	Наблюдение
6.	Перебрасывание мяча через сетку	6	0	6	Наблюдение
7.	Отбивание мяча	6	0	6	Наблюдение, эстафета
8.	Забрасывание мяча в корзину	4	0	4	Наблюдение
9.	Подача, удары в бадминтоне	5	0	5	Наблюдение игра
10.	Знакомство с мячами-фитболами	1	0	1	Опрос, игра
11.	Упражнения с мячами-фитболами	2	0	2	Наблюдение, игра

12.	Итоговая диагностика	2	0	2	Тестирование, наблюдение
	<b>Итого:</b>	48	0	48	

## Содержание учебного плана

### *4-5 лет (средняя группа)*

#### *1. Входная диагностика.*

Практика. Бросание: бросание мяча вверх и ловля двумя руками; бросание мяча в парах. Отбивание: отбивание мяча двумя руками, стоя на месте; отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед. Метание: метание мяча в горизонтальную цель с расстояния 5м; метание мяча в вертикальную цель с расстояния 4 м; метание мяча вдаль не менее 6 м. Забрасывание: в корзину, стоящую на полу; в баскетбольную корзину.

#### *2. История возникновения мяча.*

Теория: Знакомство с историей возникновения мяча. Беседа «Спортивные игры с мячом». Д/и «Что это за мяч?».

#### *3. Броски мяча.*

Практика: Броски мяча вверх и ловля его в движении, броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении, броски мяча ногой в цель на меткость, броски мяча вверх и ловля его на месте; броски мяча о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать; броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно; броски мяча вверх с поворотом кругом; присесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги, поймать мяч; броски мяча вверх с поворотом кругом; бросание и ловля набивного мяча; броски мяча с хлопком и ловля его в движении; бросок мяча в ворота на меткость.

#### *4. Подбрасывание мяча.*

Практика: подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте; подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно; подбрасывание и ловля мяча с поворотом; подбрасывание мяча с хлопками в движении.

#### *5. Перебрасывание мяча в парах.*

Практика: перебрасывание мяча друг другу; перебрасывание мяча друг другу в парах во время бега, ходьбы; Перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу; перебрасывание 2 мячей одновременно в парах; перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы (3-4м.); перебрасывание мяча друг другу от плеча одной рукой (3-4м.); перебрасывание набивного мяча в парах; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую в движении.

#### *6. Перебрасывание мяча через сетку.*

Практика: двумя руками из-за головы; двумя руками от груди; одной рукой от плеча; двумя руками снизу.

#### *7. Отбивание мяча.*

Практика: на месте и в движении двумя руками; на месте и в движении одной рукой; на месте и в движении поочередно; с выполнением задания.

#### *8. Забрасывание мяча в корзину.*

Практика: двумя руками из-за головы; двумя руками от груди; в движении (ходьбе, беге); забрасывание мяча в корзину от плеча с разного расстояния; забрасывание мяча в корзину с трех шагов.

*9. Подача, удары в бадминтоне.*

Практика: как держать ракетку, стойка и перемещение, подача, удары (удары справа-сверху, слева-сверху). Подвижные игры: Воланом в круг; Волан навстречу волану; Попади в круг.

*10. Знакомство с мячами-фитболами.*

Теория: техника безопасности с мячами-фитболами.

*11. Упражнения с мячами-фитболами.*

Практика: балансировка на фитболе (сидя, стоя на коленях, руки в стороны; лежа на животе, руки в стороны); лежа на животе на фитболе, поворот на спину.

*12. Итоговая диагностика.*

Практика. Бросание: бросание мяча вверх и ловля двумя руками; бросание мяча в парах. Отбивание: отбивание мяча двумя руками, стоя на месте; отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед. Метание: метание мяча в горизонтальную цель с расстояния 5м; метание мяча в вертикальную цель с расстояния 4 м; метание мяча вдаль не менее 6 м. Забрасывание: в корзину, стоящую на полу; в баскетбольную корзину.

## Учебный план

### *5-6 лет (старшая группа)*

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов в неделю/ год			Формы контроля
		Всего	теоретические занятия	практические занятия	
1.	Входная диагностика	2	0	2	Тестирование, наблюдение
2.	Виды спорта, входящие в Олимпийские игры	1	0	1	Опрос
3.	Беседа о спортивной игре «волейбол» (пионербол)	1	0	1	Опрос
4.	Беседа о спортивной игре «баскетбол»	1	0	1	Опрос
5.	Беседа о спортивной игре «бадминтон»	1	0	1	Опрос
6.	Броски мяча	5	0	5	Наблюдение
7.	Отбивание мяча	7	0	7	Наблюдение, эстафета
8.	Перебрасывание мяча	4	0	4	Наблюдение
9.	Подача, удары в бадминтоне	8	0	8	Наблюдение, игра
10.	Упражнения с	2	0	2	Наблюдение,

	фитболами				игра
11.	Забрасывание мяча в цель	6	0	6	Наблюдение, игра
12.	Ведение мяча	5	0	5	Наблюдение, игра
13.	Перебрасывание мяча через сетку и ловля его	3	0	3	Наблюдение, игра
14.	Итоговая диагностика	2	0	2	Тестирование, наблюдение
	<b>Итого:</b>	48		48	

## Содержание учебного плана

### *5-6 лет (старшая группа)*

#### *1. Входная диагностика.*

Практика. Бросание: бросание мяча вверх и ловля одной рукой; бросание мяча в парах с поворотом вокруг своей оси. Отбивание: от стены; одной рукой от пола, продвигаясь бегом. Забрасывание: в баскетбольную корзину стоя на месте из-за головы; в баскетбольную корзину после ведения с фиксацией остановки.

#### *2. Виды спорта, входящие в Олимпийские игры.*

Теория: познакомить с Олимпийскими играми и углубить представление детей о видах спорта с мячом.

#### *3. Беседа о спортивной игре «волейбол».*

Теория: познакомить детей со спортивной игрой волейбол, правилами игры.

#### *4. Беседа о спортивной игре «баскетбол».*

Теория: познакомить детей со спортивной игрой баскетбол, правилами игры, упражнять в забрасывании мяча в корзину, мягкой ловле кистями рук, развивать глазомер, ловкость.

#### *5. Беседа о спортивной игре «бадминтон».*

Теория: познакомить детей со спортивной игрой бадминтон, правилами игры, закреплять умение набивание волана, передача и приём волана, воспитывать целеустремленность.

#### *6. Броски мяча.*

Практика: броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 20 раз); броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении; бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза; броски мяча вверх и ловля его на месте не 15 раз подряд; броски мяча о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать; броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно; броски мяча вверх с поворотом кругом; присесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги, поймать мяч; броски мяча в ворота в движении; бросание и ловля набивного мяча; бросание мяча до указанного ориентира; бросание мяча в вертикальную цель (с 3–4 м.); бросок мяча ногой в ворота на меткость; бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы; бросание мяча в

корзину от плеча с разного расстояния; броски мяча с хлопком и ловля его в движении.

#### *7. Отбивание мяча.*

Практика: на месте и в движении двумя руками; на месте и в движении одной рукой; на месте и в движении поочередно; с выполнением задания; отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении; отбивание мяча по кругу.

#### *8. Перебрасывание мяча.*

Практика: перебрасывание мяча друг другу; перебрасывание мяча друг другу в парах во время бега, ходьбы; перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу; перебрасывание 2 мячей одновременно в парах; перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы (3-4 м.); перебрасывание мяча друг другу от плеча одной рукой (3-4 м.); перебрасывание набивного мяча в парах; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую в движении.

#### *9. подача, удары в бадминтоне.*

Практика: как держать ракетку, стойка и перемещение, подача, удары (удары справа-сверху, слева-сверху). Подвижные игры: Воланом в круг; Волан навстречу волану; Попади в круг, Подбей волан, Кто дальше.

#### *10. Упражнения с мячами-фитболами.*

Практика: балансировка на фитболе (сидя, стоя на коленях, руки в стороны; лежа на животе, руки в стороны); лежа на животе на фитболе, поворот на спину; отбивание фитбола о пол, и ловля его после отскока.

#### *11. Забрасывание мяча в цель.*

Практика: двумя руками из-за головы; двумя руками от груди; в движении (ходьбе, беге); забрасывание мяча в корзину от плеча с разного расстояния; забрасывание мяча в корзину с трех шагов; забрасывание мяча в ворота.

#### *12. Ведение мяча.*

Практика: ведение мяча ногой в движении - 10м. не теряя мяча; ведение мяча, продвигаясь по кругу; ведение мяча в движении; ведение мяча с поворотом; ведение мяча ногой с помощью ориентиров; ведение мяча правой, левой рукой в разных направлениях, с остановкой на сигнал; ведение мяча змейкой, с остановкой на сигнал; ведение мяча с дополнительными заданиями.

#### *13. Перебрасывание мяча через сетку.*

Практика: двумя руками из-за головы; двумя руками от груди; одной рукой от плеча; двумя руками снизу; перебрасывание мяча через сетку, отбивание толчком двух ладоней.

#### *14. Итоговая диагностика.*

Практика. Бросание: бросание мяча вверх и ловля одной рукой; бросание мяча в парах с поворотом вокруг своей оси. Отбивание: от стены; одной рукой от пола, продвигаясь бегом. Забрасывание: в баскетбольную корзину

стоя на месте из-за головы; в баскетбольную корзину после ведения с фиксацией остановки.

## 2.2. Календарный учебный график.

### 4-5 лет (средняя группа)

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1.	Октябрь	04.10 06.10	17.30-17.50 17.30-17.50	Индивидуальная	2	Диагностика	Спортивный зал	Тестирование, наблюдение
2.	Октябрь	11.10	17.30-17.50	Коллективная	1	История возникновения мяча	Спортивный зал	Беседа
3.	Октябрь	13.10 18.10 20.10 25.10	17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50	Индивидуальная Групповая	4	Броски мяча	Спортивный зал	Наблюдение
4.	Ноябрь	01.11 03.11	17.30-17.50 17.30-17.50	Индивидуальная Групповая	2	Броски мяча	Спортивный зал	Наблюдение
5.	Ноябрь	08.11 10.11 15.11 17.11 22.11	17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50	Индивидуальная	5	Подбрасывание мяча	Спортивный зал	Наблюдение
6.	Декабрь	01.12	17.30-17.50	Работа в парах	1	Перебрасывание мяча в парах	Спортивный зал	Наблюдение
7.	Декабрь	06.12 08.12 13.12 15.12	17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50	Работа в парах	4	Перебрасывание мяча в парах	Спортивный зал	Наблюдение
8.	Декабрь	20.12	17.30-17.50	Работа в парах	1	Перебрасывание мяча в парах	Спортивный зал	Наблюдение
9.	Январь	10.01 12.01	17.30-17.50 17.30-17.50	Работа в парах	2	Перебрасывание мяча в парах	Спортивный зал	Наблюдение
10.	Январь	17.01 19.01	17.30-17.50 17.30-17.50	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	2	Перебрасывание мяча через сетку	Спортивный зал	Наблюдение
10.	Февраль	02.02 07.02 09.02 14.02	17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	4	Перебрасывание мяча через сетку	Спортивный зал	Наблюдение
11.	Февраль	16.02 21.02	17.30-17.50 17.30-17.50	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	2	Отбивание мяча	Спортивный зал	Наблюдение, эстафета
12.	Март	01.03 06.03 08.03 13.03	17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	4	Отбивание мяча	Спортивный зал	Наблюдение, эстафета
13.	Март	15.03 20.03	17.30-17.50 17.30-17.50	Индивидуальная, Работа в парах	2	Забрасывание мяча в корзину	Спортивный зал	Наблюдение
14.	Апрель	03.04 05.04	17.30-17.50 17.30-17.50	Индивидуальная, Работа в парах	2	Забрасывание мяча в корзину	Спортивный зал	Наблюдение
13.	Апрель	10.04 12.04 17.04 19.04 24.04	17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50 17.30-17.50	Индивидуальная Работа в парах	5	Подача, удары в бадминтоне	Спортивный зал	Наблюдение игра

14.	Апрель	26.04	17.30-17.50	Коллективная	1	Знакомство с мячами-фитболами	Спортивный зал	Беседа
15.	Май	03.05 08.05	17.30-17.50 17.30-17.50	Групповая	2	Упражнения с мячами-фитболами	Спортивный зал	Наблюдение, игра
16.	Май	15.05 17.05	17.30-17.50 17.30-17.50	Индивидуальная	2	Итоговая диагностика	Спортивный зал	Тестирование, наблюдение
<b>Всего: 48</b>								

### *5-6 лет (старшая группа)*

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1.	Октябрь	02.10 05.10	18.00-18.25 18.00-18.25	Индивидуальная	2	Входная диагностика	Спортивный зал	Тестирование, наблюдение
2.	Октябрь	09.10	18.00-18.25	Коллективная	1	Виды спорта, входящие в Олимпийские игры	Спортивный зал	Беседа
3.	Октябрь	12.10	18.00-18.25	Коллективная	1	Беседа о спортивной игре «волейбол» (пионербол)	Спортивный зал	Беседа
4.	Октябрь	16.10	18.00-18.25	Коллективная	1	Беседа о спортивной игре «баскетбол»	Спортивный зал	Беседа
5.	Октябрь	19.10	18.00-18.25	Коллективная	1	Беседа о спортивной игре «бадминтон»	Спортивный зал	Беседа
6.	Октябрь	23.10	18.00-18.25	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	1	Броски мяча	Спортивный зал	Наблюдение
7.	Ноябрь	02.11 06.11 09.11 13.11	18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	4	Броски мяча	Спортивный зал	Наблюдение
8.	Ноябрь	16.11 20.11 23.11	18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	3	Отбивание мяча	Спортивный зал	Наблюдение, эстафета
9.	Декабрь	04.12 07.12 11.12 14.12	18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	4	Отбивание мяча	Спортивный зал	Наблюдение, эстафета
10.	Декабрь	18.12 20.12	18.00-18.25	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	Наблюдение
10.	Январь	11.01 15.01	18.00-18.25 18.00-18.25	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	Наблюдение
11.	Январь	18.01 22.01	18.00-18.25 18.00-18.25	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	2	Подача, удары в бадминтоне	Спортивный зал	Наблюдение, игра
12.	Февраль	01.02 05.02 08.02 12.02 15.02 19.02	18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	6	Подача, удары в бадминтоне	Спортивный зал	Наблюдение, игра
13.	Март	04.03 07.03	18.00-18.25 18.00-18.25	Групповая	2	Упражнения с фитболами	Спортивный зал	Наблюдение, игра
14.	Март	11.03 14.03 18.03 21.03	18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25	Индивидуальная, групповая	4	Забрасывание мяча в цель	Спортивный зал	Наблюдение, игра
15.	Апрель	01.04	18.00-18.25	Индивидуальная,	2	Забрасывание мяча в	Спортивный	Наблюдение,

		04.04	18.00-18.25	групповая		цель	зал	игра
16.	Апрель	08.04 11.04 15.04 18.04 22.04	18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25 18.00-18.25	Индивидуальная, групповая	5	Ведение мяча	Спортивный зал	Наблюдение, игра
17.	Апрель	25.04	18.00-18.25	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	1	Перебрасывание мяча через сетку и ловля его	Спортивный зал	Наблюдение
18.	Май	02.05 06.05	18.00-18.25 18.00-18.25	Индивидуальная, Групповая, Работа в парах	2	Перебрасывание мяча через сетку и ловля его	Спортивный зал	Наблюдение
19.	Май	13.05 16.05	18.00-18.25 18.00-18.25	Индивидуальная	2	Итоговая диагностика	Спортивный зал	Тестирование, наблюдение
<b>Всего: 48</b>								

### 2.3. Условия реализации программы.

#### *Материально-техническое обеспечение*

Для реализации программы «Школа мяча» помещение должно соответствовать следующим характеристикам.

Оборудование соответствует требованиям программы.

Спортивный инвентарь:

#### *1. Мячи:*

- ✓ резиновые (малые, средние, большие) - 20 шт.;
- ✓ малые пластмассовые - 20 шт.;
- ✓ массажные резиновые - 20 шт.;
- ✓ баскетбольные - 10 шт.;
- ✓ волейбольные - 10 шт.;
- ✓ футбольные - 3 шт.

#### *2. Воздушные шарики - 10 шт.*

#### *3. Футболы - 2 шт.*

#### *4. Цветные клубки - 20 шт.*

#### *5. Мелкие предметы для развития кисти руки:*

- ✓ мячики для пинг-понга
- ✓ пластмассовые массажные мячики
- ✓ мячики для большого тенниса

#### *6. Баскетбольные корзины - 2 шт.;*

#### *7. Напольные корзины - 4 шт.;*

#### *8. Шнур для натягивания - 2шт.;*

#### *9. Волейбольная сетка - 1 шт.;*

#### *10. Футбольные ворота - 2 шт.;*

#### *11. Ракетки для бадминтона (комплект с воланами) -10 шт.;*

#### *12. Обручи - 10 шт.;*

#### *13. Кегли - 20 шт.;*

#### *14. Гимнастические скамейки - 3 шт.*

#### *15. Мишени - 2 шт.;*

#### *16. Коврики - 12 шт.;*

17. Свисток - 1 шт.;

18. Насос для накачивания мячей – 1 шт.;

19. Жилетка игровая – 26 шт.;

Перечень технических средств обучения (компьютер, принтер, музыкальный центр).

Требования к специальной одежде обучающихся (спортивная форма).

### **Информационное обеспечение**

#### **Электронные образовательные ресурсы**

✓ магнитофон;

флэш-карта (музыка для ходьбы, бега, ритмической гимнастики, релаксации);

✓ флэш-карта (презентации, видеоролики, мультфильмы).

### **Кадровое обеспечение**

№	ФИО	Должность	Образование, год окончания обучения	Повышение квалификации/ профессиональная переподготовка	Общий стаж работы/ стаж работы по специальности
1.	Владимирова Екатерина Александровна	Инструктор по физической культуре	Высшее 2007 г.	Апрель 2023 г.	22 года/ 10 лет

## **2.4. Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации.**

**Метод диагностики:** тестовые задания на выявление уровня владения мячом проводятся в начале и в конце учебного года.

**4-5 лет (средняя группа)**

**Бросание:**

- ✓ бросание мяча вверх и ловля двумя руками;
- ✓ бросание мяча в парах.

**Отбивание:**

- ✓ отбивание мяча двумя руками, стоя на месте;
- ✓ отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед.

**Метание:**

- ✓ метание мяча в горизонтальную цель с расстояния 5м;
- ✓ метание мяча в вертикальную цель с расстояния 4 м;
- ✓ метание мяча вдаль не менее 6 м.

**Забрасывание:**

- ✓ в корзину, стоящую на полу;
- ✓ в баскетбольную корзину.

**Спортивная игра «Бадминтон»:**

- ✓ как держать правильно ракетку;
- ✓ стойка и перемещение;
- ✓ подача волана;

- ✓ удары (справа-сверху, слева-сверху)

### **5-6 лет (старшая группа)**

*Бросание:*

- ✓ бросание мяча вверх и ловля одной рукой;
- ✓ бросание мяча в парах с поворотом вокруг своей оси.

*Отбивание:*

- ✓ от стены;
- ✓ одной рукой от пола, продвигаясь бегом.

*Забрасывание:*

- ✓ в баскетбольную корзину стоя на месте из-за головы;
- ✓ в баскетбольную корзину после ведения с фиксацией остановки.

*Спортивная игра «Бадминтон»:*

- ✓ стойка и перемещение;
- ✓ подача волана;
- ✓ удары (справа-сверху, слева-сверху);

## **2.5. Оценочные материалы.**

**Критерии оценки выполнения:** каждый тест оценивается в баллах.

3 балла – правильное выполнение движений, навык сформирован и автоматизирован;

2 балла – неправильное выполнение после третьего движения, есть отдельные изолированные движения, но навык не автоматизирован;

1 балл - ребёнок не может выполнить задание уже на втором движении;

0 баллов- отказ от выполнения движения.

Баллы суммируются и соотносятся со значением уровня владения мячом.

### **4-5 лет (средняя группа)**

Высокий уровень - от 22 до 27 баллов.

Средний уровень - от 13 до 21 балла.

Низкий уровень - от 0 до 12 баллов.

### **5-6 лет (старшая группа).**

Высокий уровень - от 13 до 18 баллов.

Средний уровень - от 7 до 12 баллов.

Низкий уровень - от 0 до 6 баллов.

## **2.6. Методические материалы.**

*Методические рекомендации по структуре занятий.*

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

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

*Заключительная часть:* мало подвижные игры, игра, ходьба, релаксация. (Занятия проводятся в спортивном зале, в теплое время года на спортивной площадке).

*Методика обучения катанию, бросанию и ловле, метанию.* Катание - полезное упражнение, помогающее овладеть мячом, тренирующее мышцы пальцев и кисти, приучающее правильно оценивать направление движения мяча и необходимые при этом мышечные усилия. Для успешного прокатывания следует направлять мяч вперед, стараясь, чтобы он не уклонялся в сторону, толчок должен быть сильным и уверенным. В средних и старших группах дети катают набивной мяч весом до 500 г. Толчок должен выполняться пальцами выпрямленных рук, как бы сопровождая ими движение мяча. Бросание и ловля - более сложные движения, требующие глазомера. При ловле мяча важно правильно оценить направление его полета, а при броске сочетать необходимое направление с силой броска. Полезно подбрасывание мяча вверх. Оно связано с активным выпрямлением, как бы потягиванием за брошенный предмет, и это упражнение, помимо укрепления мышц плечевого пояса, содействует хорошей осанке.

При овладении действиями с мячом большое место занимают индивидуальные упражнения, самостоятельные попытки детей играть с мячом: бросать его в любом направлении, использовать усвоенный способ броска - снизу, сбоку, от плеча. Бросок о землю должен выполняться вертикально вниз с соблюдением точности направления и определенной силы толчка. При слабом ударе приходится наклоняться вниз, чтобы поймать мяч, а при излишне сильном ударе мяч высоко взлетает и его трудно поймать. Успех в данном упражнении во многом зависит от состояния поверхности, поэтому бросание мяча вниз воспитатель организует на асфальтовой дорожке, плотной, ровной площадке. Мяч, брошенный вверх или отскочивший от земли, ловят двумя руками одновременным хватом с двух сторон или снизу, подставляя ладони под взлетевший мяч.

Пальцы слегка согнуты, образуя как бы чашу. Мяч, брошенный сверстником, надо ловить, не прижимая к груди, стараясь встречать при ловле пальцами, руки выпрямлять по направлению к летящему мячу, а поймав, согнуть их и подтянуть мяч к груди.

Дети ловко и непринужденно бросают и ловят мяч. Поэтому они могут находиться в разных положениях - сидя, стоя, парами, по кругу, передвигаясь. Удастся старшим и сочетание разных движений с игрой в мяч, например, подбрасывать и ловить мяч приседая, подпрыгивая, чередовать бросание и ловлю с бегом.

Инструктор должен научить старших дошкольников ведению мяча. К разучиванию этого движения надо приступать после того, как дети овладеют навыком отталкивать мяч стоя на месте мягкими, плавными движениями кисти.

При ведении мяча ребенок продвигается вперед шагом, а затем и бегом, немного наклонившись по ходу движения. Мяч отбивают так, чтобы он отскакивал на уровне или несколько выше пояса.

Метание в цель (горизонтальную и вертикальную) выполняется мячами резиновыми или теннисными, мешочками с песком, шишками, снежками.

Горизонтальной целью может служить ящик, пенек, корзина, вертикальной - щит с нарисованным кругом, обруч, большой мяч, дерево и т.п. в зависимости от характера цели, веса и величины метаемого снаряда выбирается способ метания. Большой мяч в корзину или лежащий на земле обруч бросают двумя руками снизу, маленький мяч или шишку - одной рукой. В вертикально расположенную цель чаще бросают небольшой снаряд одной рукой. В метании надо обращать внимание на чередование бросков правой или левой рукой - это важно для гармоничного развития обеих рук, для профилактики появления нарушения осанки. Метание вдаль не требует такой точности, глазомера, как метание в цель.

Движения детей здесь более свободные, размашистые, энергичные. Часто, бросок, хотя и резкий, направляется вниз, и предмет падает близко от ребенка (в пределах 0,5 м), детей надо обучить правильному метанию вперед-вверх. По такой траектории мяч улетит далеко. Без зрительного ориентира дети с трудом понимают, как это выполнить. Поэтому инструктор предлагает перебросить мяч через куст, ветку дерева или подвешивает веревку несколько выше поднятой руки ребенка.

Дети располагаются на расстоянии 2 - 3 м. сам инструктор должен правильно показать детям движение с соблюдением всех основных требований техники или для показа подготовить ребенка, умеющего хорошо метать. Метание вдаль выполняется разными способами: от плеча, из-за спины через плечо с предварительным замахом, снизу, сверху, сбоку. Вдаль метают мячи, мешочки с песком, шишки, снежки. Вырезанные из картона круги метают способом сбоку, напоминающим метание диска. Мячи должны быть с разнообразными: маленькие резиновые или теннисные диаметром 5-6 см. Для некоторых упражнений и игр используются надувные мячи, старшим детям необходимы волейбольные и набивные мячи весом до 1 кг.

#### ***Методика обучения игре в пионербол.***

Детей учат передаче мяча и подаче двумя руками. Обучение игре в пионербол складывается из трех этапов (подготовительный, подводящий, основной). На подготовительном этапе нужно научить умению видеть мяч, быстро реагировать на его полет, развивать координацию движений. На втором этапе детей учат выполнять упражнения с мячом: перебрасывать мяч друг другу (высоко, сильно) и ловить его двумя руками, отбивать мяч толчком двух ладоней в нужном направлении. На основном этапе учат перебрасыванию мяча через сетку с соблюдением следующего правила: Мяч в руках не задерживать, а отбивать его выше и сильнее, чтобы перебросить через сетку.

#### ***Методика обучения ведению мяча.***

На начальном этапе обучения детям более доступно ведение мяча с высоким отскоком, потому что оно не требует низкой стойки. Затем появляется возможность научить ребенка передвигаться на полусогнутых ногах. И, наконец, он легко усваивает ведение мяча с обычным отскоком по прямой, с

изменением направлений. Вначале надо вести мяч на небольшой скорости в прямом направлении. Следует учить отбивать мяч правой и левой рукой, стоя на месте и продвигаясь вперед, поворачиваясь вокруг, не выпуская мяч из круга, обводя предметы. При ведении мяча дети приучаются передвигаться на слегка согнутых ногах, наклоняясь несколько вперед. Рука, ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху и от себя. Толчки мяча игрок выполняет несколько сбоку от себя, равномерно. Основные ошибки: дети бьют по мячу расслабленной ладонью; многие пытаются вести мяч прямо перед собой, что мешает передвижению вперед.

Правила ведения мяча: 1. Не бить по мячу, а толкать его вниз. 2. Вести мяч спереди - сбоку, а не прямо перед собой. 3. Смотреть вперед, а не вниз на мяч. При обучении ведению мяча целесообразно

Вначале использовать подготовительные упражнения: отбивание мяча обеими руками, отбивание правой и левой рукой на месте, ведение на месте попеременно правой и левой рукой. После того как ребенок научится контролировать мяч обеими руками достаточно уверенно, можно перейти к ведению в движении сначала шагом, потом бегом.

Упражнения: 1. Ведение мяча на месте, активно толкая его вниз правой, затем левой рукой. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой. 3. Группа располагается по 6 человек, и подгруппы размещаются по всей длине площадки. Первый игрок ведет мяч ко второму, передав мяч, сам остается на его месте; второй ведет мяч к третьему и выполняет то же самое. Последний - возвращается на место первого. 4. Дети строятся в колонны по 4 - 6 человек. Напротив, каждой колонны выставляются кегли на расстоянии 1 - 2 м. друг от друга. После сигнала воспитателя дети ведут мяч, обходя первую кеглю справа, вторую слева. Обратно ведут мячи по прямой, передают следующему и становятся в конец колонны.

## **2.7. Список литературы.**

*Для педагога.*

1. Адашквичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М.: Просвещение, 1983 - 79 с.: ил.
2. Адашквичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М.: 1992 -99 с.
3. Васильков Г.А. Азбука мяча. К.: 1986 - 36 с.
4. Громова О.Е. Спортивные игры в детском саду. - М.: ТЦ Сфера, 2003 - 128 с.
5. Гришин В.Г. Игры с мячом и ракеткой. М.: 1982 - 97 с.
6. Конеева Е.В. Детские подвижные игры. РНД., 2006 - 251с.
7. Кузин В.В. Полиевский С.А. Баскетбол. Начальный этап обучения. М., Физкультура и спорт. 2002 – 133 с.
8. Матвеев Е.М. Волейбол. Школа движений. Физическая культура в школе. М., 2001 №4 33 с.

9. Николаева Н.И. «Школа мяча». М., 2008 211 с
10. Овчинникова Т.С., Черная О.В., Баряева Л.Б. Занятия, упражнения и игры с мячами, на мячах, в мячах. СПб.: КАРО, 2010.
11. Пензулаева Л.И. Физкультурная культура в детском саду. Мазайка-Синтез, М., 2021 - 143 с
12. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка. М., 2008 - 79 с.
13. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. М., ТЦ Сфера, 2006 - 176 с.
14. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. М., 2011
15. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Владос, 2003 - 304 с.

*Для детей и родителей.*

1. Гризик Т.И., Глушкова Г.В.: Наши коллекции. Летние виды спорта. Пособие для детей 5-7 лет. Изд.: Просвещение, 2014 год. 15 с.
2. Гризик Т.И., Глушкова Г.В.: Успех. Наши коллекции. Зимние виды спорта. Для детей 5-7 лет. Изд.: Просвещение, 2014 год. 15 с.
3. <https://rebenokvsporte.ru/> интернет-ресурс «Ребенок в спорте: все о детском спорте и психологии спортсменов».
4. <https://спортания.рф/> Азбука ЗОЖ для детей, Букварь здоровья.

## **2.8. Приложения.**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 52 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ "КОЛИБРИ",**  
Лаптева Наталья Сергеевна, Заведующий

05.09.23 09:17 (MSK)

Сертификат 529CBC9CC7A32C6A17AEF26A2A50B4A4