

ПРИНЯТО.

Педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад № 61 «Теремок»
от «29» августа 2025г. №1

УТВЕРЖДЕНО.

Приказом заведующего МБДОУ
«Детский сад №61 «Теремок»
от 29.08.2025г. № 62

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

«Школа мяча»

(для детей старшего дошкольного возраста)

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Уровень программы: базовый

Категория и возраст обучающихся: для детей общеразвивающих групп в возрасте от 5 до 7 лет.

Срок освоения программы: учебный год (01.09.2025г.- 29.05.2026г.)

Объем часов: 36ч.

Разработчик программы: Ермолина Н.В, инструктор по физической культуре.

Йошкар-Ола
2025

Содержание программы

	Раздел 1. Комплекс основных характеристик.	3
1.1.	Пояснительная записка.	3
1.2.	Цель и задачи программы.	5
1.3.	Объём программы.	5
1.4.	Содержание программы.	6
1.5.	Планируемые результаты.	7
	Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.	8
2.1	Учебный план.	10
2.2.	Календарный учебный график.	12
2.3.	Календарно-тематический план.	16
2.4.	Условия реализации программы.	17
2.5.	Оценочные материалы.	17
2.6.	Список литературы.	19

Раздел 1. Комплекс основных характеристик.

Пояснительная записка

Программа кружка дополнительного образования «Школа мяча» разработана в рамках физкультурно-спортивной направленности для воспитанников старшего дошкольного возраста и направлена на реализацию вариативной части комплексной программы по физической культуре. Организация в образовательных учреждениях дополнительного образования детей физкультурно-спортивных кружков - одно из перспективных направлений работы по формированию здорового образа жизни, привлечению детей к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

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

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минпросвещения РФ от 26.09.2022 № 629 «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»;
- Постановлением Правительства РФ от 15 сентября 2020 г. N 1441 "Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг",
- Санитарные правила сп 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические 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 МДОУ МБДОУ «Детский сад №61 «Теремок».

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Она предназначена для групповых занятий с детьми старшего дошкольного возраста в детском саду.

Новизна и актуальность. Дети мало знают о спортивных играх, поэтому, проявляя заботу о здоровье детей средствами физической культуры, в стране создана необходимая законодательная база, регламентирующая всю систему физического воспитания ребёнка, как в дошкольных учреждениях, так и в семье. Исходя из этого, согласно образовательной программе было решено организовать кружок в целях достижения у детей запаса прочности здоровья, развития двигательных способностей, улучшения физической подготовленности и обогащению знаний, представлений о спортивных играх (футбол, баскетбол, волейбол).

Необходимость организации работы кружка для детей старшего дошкольного возраста возникла по ряду причин:

- недостаточная двигательная активность детей в течение дня, (особенно в холодный период года);
- большая загруженность статическими занятиями;
- недостаточность внимания в Программе воспитания и обучения в детском саду игровым видам спорта, обучению детей игре в баскетбол, волейбол, футбол;
- желание родителей видеть ребенка физически совершенным: развитым, здоровым, активным.

Адресат программы: Программа рассчитана на детей в возрасте 5-7 лет.

Срок освоения программы: Программа предназначена для реализации в учреждении как дополнительное образование и рассчитана на 1 год обучения.

Форма обучения: очная.

Уровень программы: базовый.

Формы работы:

- метод круговой тренировки.
- игровой метод.
- соревновательный метод.
- наглядные методы.
- групповые и игровые формы работы

Методы, приемы обучения детей упражнениям и играм с мячом:

- ◆ показ образца с одновременным объяснением, выполнением действий и включением в них детей;
- ◆ пояснение и показ упражнений;
- ◆ повторение упражнения;
- ◆ использование схематичных изображений - алгоритмов выполнения упражнений;
- ◆ творческие задания;
- ◆ игровые и соревновательные задания.

Структура занятия:

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

Принципы реализации программы

1. Принцип индивидуальности.
2. Принцип доступности.
3. Принцип систематичности.
4. Принцип активности, самостоятельности, творчества.
5. Принцип последовательности.
6. Принцип эмоционального благополучия каждого ребенка.
7. Принцип научности.
8. Принцип оздоровительной направленности.

При разработке плана работы учитывались возрастные особенности детей от 5 до 7 лет. Данный возраст характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В этот период повышается активность ребёнка, усиливается её целенаправленность; более разнообразными и координированными становятся движения.

Дети старшего дошкольного возраста чрезвычайно непосредственны и эмоциональны. Движение доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела (короткие ноги и руки, большая голова, короткое туловище), протекания нервных процессов и их зрелости сказываются на двигательных возможностях. Движения дошкольников еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие физических упражнений невелики и все они носят, как правило, игровой характер.

Режим и организация занятий.

Количество занятий: в неделю - 1; в месяц – 4 (5); в год – 36

Время проведения занятий: 30 минут

1.2. Цель и задачи программы

Цель: Сформировать навыки владения мячом в различных игровых видах спорта (волейбол, футбол, баскетбол)

Задачи:

1. Дать представления об основных спортивных играх, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
2. Обучить осознанному владению движениями при выполнении физических упражнений
3. Формирование у воспитанников старшего дошкольного возраста основ здорового образа жизни, содействовать развитию адаптационных возможностей и улучшению работоспособности детского организма.
4. Воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, смелость во время выполнения физических упражнений, содействовать развитию психических процессов (воображения, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.
5. Укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию,
6. Развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) способностей;

1.3. Объём программы

Объем программы составляет 36 часов в год.

1.4. Содержание программы

	Содержание упражнений
Обучение технике передачи - ловли мяча.	Бросаем мяч вверх и ловим его двумя руками (одной).
	Бросаем мяч вниз и ловим двумя руками (одной).
	Перебрасываем мяч вверх, вниз чередуя руки.
	Бросаем мяч вверх с ударом вниз об пол, ловим двумя руками.
	Бросаем мяч вверх, с хлопком перед собой и ловим.
	Бросаем мяч вверх, с хлопком за спиной и ловим.
	Ударяем мяч об пол с поворотом кругом и ловим.
	Бросаем мяч из-за головы двумя руками вдаль.
	Передаем мяч по кругу вправо, влево.
	Подбрасываем мяч при ходьбе, ловим его двумя руками.
Упражнения, подготавливающие к ведению мяча	Ударяем мяч об пол одной рукой и ловим его двумя руками.
	Отбиваем мяч на месте правой (левой) рукой.
	Ведем мяч правой (левой) рукой в разных направлениях.
	Чередуем подбрасывания мяча с ударами об пол.
	Ведем мяч, ударяя ладонью по нему.
Упражнения и игры, подготавливающие к броску мяча в корзину	Перебрасываем мяч через веревку, натянутую выше головы ребенка.
	Бросаем мяч в обруч, расположенный на полу, снизу, сверху и из-за головы.
	Бросаем мяч в вертикальную цель.
Упражнения и игры с передачей мяча.	Бросаем мяч двумя руками друг другу снизу.
	Бросаем мяч двумя руками от груди друг другу.
	Бросаем мяч двумя руками друг другу от груди при движении парами.
Упражнения и игры с ведением мяча	Отбиваем мяч руками, стоя на месте.
	Отбиваем мяч рукой, ведя вокруг себя.
	Отбиваем мяч, продвигаясь шагом.
Упражнения и игры с бросками мяча в корзину	Бросаем мяч в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом.
	Бросаем мяч в цель двумя руками от груди с места.
	Бросаем мяч в корзину двумя руками.
	Бросаем мяч в корзину от плеча.
Упражнения и игры с прокатыванием мяча ногой.	Прокатываем мяч правой и левой ногой в заданном направлении.
	Прокатываем мяч ногой друг другу.
	Забиваем мяч в ворота.
	Прокатываем мяч ногой между кеглями змейкой, между предметами.

1.5 Планируемые результат:

Старшая группа

- ◆ действовать по сигналу воспитателя, быстро реагировать на сигнал;
- ◆ играть с мячом, не мешая другим;
- ◆ согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод); бросать и ловить мяч:
 - ◆ двумя руками снизу вверх;
 - ◆ двумя руками снизу вверх с хлопком впереди, за спиной;
 - ◆ передача в парах двумя руками снизу;
 - ◆ передача в парах двумя руками из-за головы;
 - ◆ передача друг другу в разных направлениях стоя, сидя;
 - ◆ передача в парах двумя руками от груди;
 - ◆ передача мяча через сетку;
 - ◆ выбрасывание мяча ногой вперед.
- ◆ с расстояния 2 - 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками снизу;
- ◆ в вертикальную цель с 3-4 м;
- ◆ в баскетбольный щит с места;
- ◆ в баскетбольный щит с ведением;
- ◆ метать набивной мяч;
- ◆ с расстояния 2-2,5 м. в цель (ворота) отбивать мяч:
- ◆ на месте правой, левой рукой; ◆ на месте правой с передачей из правой руки в левую;
- ◆ правой, левой рукой с продвижением вперед, змейкой; ◆ ловить мяч ногой.

Подготовительная группа

- ◆ с продвижением вперед, змейкой, по кругу;
- ◆ приставным шагом;
- ◆ с поворотом, бегом;
- ◆ правой и левой рукой, свободно продвигаясь по площадке;
- ◆ с изменением направления движения, с остановкой на сигнал;
- ◆ ногой в движении;
- ◆ с передачей напарнику;
- ◆ с дополнительными заданиями. бросать мяч в кольцо:
 - ◆ двумя руками из-за головы;
 - ◆ двумя руками от груди;
 - ◆ забрасывание с трех шагов;
 - ◆ после ведения (с фиксацией остановки); 8
 - ◆ одной рукой от плеча; бросать мяч в ворота:
 - ◆ с ударом по неподвижному мячу;
 - ◆ с ударом по движущемуся мячу.
- ◆ вести и передавать мяч парами с продвижением вперед (ходьба, бег);
- ◆ перебрасывание мяча через сетку, отбивание толчком двух ладоней;
- ◆ перебрасывание 2 мячей одновременно в парах с помощью рук;
- ◆ передача мяча в парах с помощью ног.

2. Календарно-тематическое планирование занятий

2.1. Учебный план

№	Наименование темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/ текущего контроля
		Всего	В том числе		
			Теоретические занятия	Практические занятия	
1	Теоретические основы. Зарождение игры. Техника безопасности при занятии баскетболом.	1	0	1	Анализ выполнения заданий
2	Стойка баскетболиста. Передвижение по площадке бегом, приставными шагами. Подвижная игра «Поймай мяч»	1	0	1	Анализ выполнения заданий
3	Остановки двумя шагами, повороты. Ловля мяча. Подвижная игра «Кого называли, тот ловит мяч».	1	0	1	Анализ выполнения заданий
4	Передача двумя руками от груди. Подвижная игра «Мяч ведущему»	1	0	1	Анализ выполнения заданий
5	Передача мяча двумя руками при движении парами. Подвижная игра «Мяч в воздухе».	1	0	1	Анализ выполнения заданий
6	Ведение мяча на месте правой и левой рукой. Подвижная игра «Передал-садись».	1	0	1	Анализ выполнения заданий
7	Ведение мяча вокруг себя попеременно правой и левой рукой. Подвижная игра «Борьба за мяч».	1	0	1	Анализ выполнения заданий
8	Ведение мяча с продвижением вперед, с изменением направления передвижения. Подвижная игра «Перестрелка»	1	0	1	Анализ выполнения заданий
9	Ведение мяча бегом. Подвижная игра «Вышибалы».	1	0	1	Опрос
10	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места Подвижные игры по выбору детей.	1	0	1	Анализ выполнения заданий

11	Ведение мяча и передача мяча (работа в парах) Подвижная игра по выбору.	1	0	1	Анализ выполнения заданий
12	История возникновения игры в волейбол. Техника безопасности на занятиях волейболом.	1		1	Анализ выполнения заданий
13	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками на месте. П/и «Точный удар»	1	0	1	Анализ выполнения заданий
14	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками в движении П/и. по выбору	1	0	1	Опрос
15	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками с хлопком. П/и по выбору	1	0	1	Анализ выполнения заданий
16	Подбрасывание и ловля мяча одной рукой (удобной). П/и по выбору	1	0	1	Анализ выполнения заданий
17	Перебрасывание мяча друг другу в парах с надувными мячами П/и. по выбору.	1	0	1	Анализ выполнения заданий
18	Перебрасывание мяча через сетку друг другу в парах П/и по выбору	1	0	1	Анализ выполнения заданий
19	Перебрасывание мяча через сетку в парах с передвижением. П/и по выбору	1	0	1	Анализ выполнения заданий
20	Удар по мячу после подбрасывания над собой. П/и по выбору	1	0	1	Анализ выполнения заданий
21	Правила игры в пионербол, двусторонняя игра.	1	0	1	Анализ выполнения заданий
22	История зарождения игры. Техника безопасности на занятиях футболом.	1	0	1	Анализ выполнения заданий
23	Перемещение: бег по прямой, с быстрыми остановками, поворотами, прыжками, скрестные шаги по прямой. П/и по выбору.	1	0	1	Анализ выполнения заданий

24	Удары по неподвижному мячу. П/и по выбору	1	0	1	Анализ выполнения заданий
25	Удары по катящемуся мячу внутренней и внешней стороной стопы, носком. П/и по выбору.	1		1	Анализ выполнения заданий
26	Ведение мяча по прямой последовательными толчками внешней стороной стопы одной ногой. П/и по выбору	1	0	1	Анализ выполнения заданий
27	Ведение мяча «змейкой» вокруг предметов. П/и по выбору	1	0	1	Анализ выполнения заданий
28	Попадание мячом в предметы, забивание в ворота. П/и по выбору	1	0	1	Анализ выполнения заданий
29	Техника игры вратаря: ловля, отбивание мяча. П/и по выбору	1	0	1	Анализ выполнения заданий
30	Передача мяча друг другу, прием катящегося мяча от партнера. П/и по выбору	1	0	1	Анализ выполнения заданий
31	Закреплять умение мягко ловить мяч ногой .Воспитывать целеустремленность	1	0	1	Анализ выполнения заданий
32	Учить перебрасывать и ловить два мяча одновременно. Упражнять ведению мяча по кругу. Совершенствовать прыжки. Совершенствовать умение передавать друг другу мяч ногой в движении	1	0	1	Анализ выполнения заданий
33	Подвижные игры с элементами футбола по выбору.	1	0	1	Анализ выполнения заданий
34	Продолжать учить занимать правильное и.п. при забивании мяча в ворота. Закреплять умение гасить скорость летящего мяча, удерживать его ногой.	1	0	1	Анализ выполнения заданий

35	Закреплять умение броска мяча ногой в ворота на меткость	1	0	1	Анализ выполнения заданий
36	Выявить уровень физической подготовленности детей. Итоговое спортивное развлечение	1	0	1	Анализ выполнения заданий
Итого объём программы: 36 часов.					

2.2 Календарный учебный график.

Место проведения : спортивный зал

Форма занятия: фронтально-групповые, практическая работа.

День недели: четверг.

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	11	18.00ч.	Практич работа	1	Теоретические основы. Зарождение игры. Техника безопасности при занятии баскетболом.	Спортзал	Анализ выполнения заданий
2	Сентябрь	18	18.00ч.	Практич работа	1	Стойка баскетболиста. Передвижение по площадке бегом, приставными шагами. Подвижная игра «Поймай мяч»	Спортзал	Анализ выполнения заданий
3	Сентябрь	25	18.00ч.	Практич работа	1	Остановки двумя шагами, повороты. Ловля мяча. Подвижная игра «Кого назвали, тот ловит мяч».	Спортзал	Анализ выполнения заданий
4	Октябрь	2	18.00ч.	Практич работа	1	Передача двумя руками от груди. Подвижная игра «Мяч ведущему»	Спортзал	Анализ выполнения заданий
5	Октябрь	9	18.00ч.	Практич работа	1	Передача мяча двумя руками при движении парами. Подвижная игра «Мяч в воздухе».	Спортзал	Анализ выполнения заданий
6	Октябрь	16	18.00ч.	Практич работа	1	Ведение мяча на месте правой и левой рукой. Подвижная игра «Передал-садись».	Спортзал	Анализ выполнения заданий
7	Октябрь	23	18.00ч.	Практич работа	1	Ведение мяча вокруг себя попеременно правой и левой рукой. Подвижная игра «Борьба за мяч».	Спортзал	Анализ выполнения заданий
8	Октябрь	30	18.00ч.	Практич работа	1	Ведение мяча с продвижением вперед, с изменением направления передвижения. Подвижная игра «Перестрелка»	Спортзал	Анализ выполнения заданий
9	Ноябрь	6	18.00ч.	Практич работа	1	Ведение мяча бегом. Подвижная игра «Вышибалы».	Спортзал	Опрос

10	Ноябрь	13	18.00ч.	Практич работа	1	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места Подвижные игры по выбору детей.	Спортзал	Анализ выполнения заданий
11	Ноябрь	20	18.00ч.	Практич работа	1	Ведение мяча и передача мяча (работа в парах) Подвижная игра по выбору.	Спортзал	Анализ выполнения заданий
12	Ноябрь	27	18.00ч.	Практич работа	1	История возникновения игры в волейбол. Техника безопасности на занятиях волейболом.	Спортзал	Анализ выполнения заданий
13	Декабрь	4	18.00ч.	Практич работа	1	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками на месте. П/и «Точный удар»	Спортзал	Анализ выполнения заданий
14	Декабрь	11	18.00ч.	Практич работа	1	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками в движении П/и. по выбору	Спортзал	Опрос
15	Декабрь	18	18.00ч.	Практич работа	1	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками с хлопком. П/и по выбору	Спортзал	Анализ выполнения заданий
16	Декабрь	25	18.00ч.	Практич работа	1	Подбрасывание и ловля мяча одной рукой (удобной). П/и по выбору	Спортзал	Анализ выполнения заданий
17	Январь	15	18.00ч.	Практич работа	1	Перебрасывание мяча друг другу в парах с надувными мячами П/и. по выбору.	Спортзал	Анализ выполнения заданий
18	Январь	22	18.00ч.	Практич работа	1	Перебрасывание мяча через сетку друг другу в парах П/и по выбору	Спортзал	Анализ выполнения заданий
19	Январь	29	18.00ч.	Практич работа	1	Перебрасывание мяча через сетку в парах с передвижением. П/и по выбору	Спортзал	Анализ выполнения заданий
20	Февраль	5	18.00ч.	Практич работа	1	Удар по мячу после подбрасывания над собой. П/и по выбору	Спортзал	Анализ выполнения заданий
21	Февраль	12	18.00ч.	Практич работа	1	Правила игры в пионербол, двусторонняя игра.	Спортзал	Анализ выполнения заданий

22	Февраль	18	18.00ч.	Практич работа	1	История зарождения игры. Техника безопасности на занятиях футболом.	Спортзал	Анализ выполнения заданий
23	Февраль	26	18.00ч.	Практич работа	1	Перемещение: бег по прямой, с быстрыми остановками, поворотами, прыжками, скрестные шаги по прямой. П/и по выбору.	Спортзал	Анализ выполнения заданий
24	Март	5	18.00ч.	Практич работа	1	Удары по неподвижному мячу. П/и по выбору	Спортзал	Анализ выполнения заданий
25	Март	12	18.00ч.	Практич работа	1	Удары по катящемуся мячу внутренней и внешней стороной стопы, носком. П/и по выбору.	Спортзал	Анализ выполнения заданий
26	Март	19	18.00ч.	Практич работа	1	Ведение мяча по прямой последовательными толчками внешней стороной стопы одной ногой. П/и по выбору	Спортзал	Анализ выполнения заданий
27	Март	26	18.00ч.	Практич работа	1	Ведение мяча «змейкой» вокруг предметов. П/и по выбору	Спортзал	Анализ выполнения заданий
28	Апрель	2	18.00ч.	Практич работа	1	Попадание мячом в предметы, забивание в ворота. П/и по выбору	Спортзал	Анализ выполнения заданий
29	Апрель	9	18.00ч.	Практич работа	1	Техника игры вратаря: ловля, отбивание мяча. П/и по выбору	Спортзал	Анализ выполнения заданий
30	Апрель	16	18.00ч.	Практич работа	1	Передача мяча друг другу, прием катящегося мяча от партнера. П/и по выбору	Спортзал	Анализ выполнения заданий
31	Апрель	23	18.00ч.	Практич работа	1	Закреплять умение мягко ловить мяч ногой .Воспитывать целеустремленность	Спортзал	Анализ выполнения заданий
32	Апрель	30	18.00ч.	Практич работа	1	Учить перебрасывать и ловить два мяча одновременно. Упражнять ведению мяча по кругу. Совершенствовать прыжки. Совершенствовать умение передавать	Спортзал	Анализ выполнения заданий

						друг другу мяч ногой в движении		
33	Май	7	18.00ч.	Практич работа	1	Подвижные игры с элементами футбола по выбору.	Спортзал	Анализ выполнения заданий
34	Май	14	18.00ч.	Практич работа	1	Продолжать учить занимать правильное и.п. при забивании мяча в ворота. Закреплять умение гасить скорость летящего мяча, удерживать его ногой.	Спортзал	Анализ выполнения заданий
35	Май	21	18.00ч.	Практич работа	1	Закреплять умение броска мяча ногой в ворота на меткость	Спортзал	Анализ выполнения заданий
36	Май	28	18.00ч.	Практич работа	1	Выявить уровень физической подготовленности детей. Итоговое спортивное развлечение	Спортзал	Анализ выполнения заданий

2.3. Календарно-тематический план.

№	Месяц	Тема занятия
Баскетбол		
1	Сентябрь	Теоретические основы. Зарождение игры. Техника безопасности при занятии баскетболом.
2	Сентябрь	Стойка баскетболиста. Передвижение по площадке бегом, приставными шагами. Подвижная игра «Поймай мяч»
3	Сентябрь	Остановки двумя шагами, повороты. Ловля мяча. Подвижная игра «Кого назвали, тот ловит мяч».
4	Сентябрь	Передача двумя руками от груди. Подвижная игра «Мяч ведущему»
5	Октябрь	Передача мяча двумя руками при движении парами. Подвижная игра «Мяч в воздухе».
6	Октябрь	Ведение мяча на месте правой и левой рукой. Подвижная игра «Передал-садись».
7	Октябрь	Ведение мяча вокруг себя попеременно правой и левой рукой. Подвижная игра «Борьба за мяч».
8	Октябрь	Ведение мяча с продвижением вперед, с изменением направления передвижения. Подвижная игра «Перестрелка»
Волейбол		
9	Ноябрь	Ведение мяча бегом. Подвижная игра «Вышибалы».
10	Ноябрь	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места Подвижные игры по выбору детей.
11	Ноябрь	Ведение мяча и передача мяча (работа в парах) Подвижная игра по выбору.
12	Ноябрь	История возникновения игры в волейбол. Техника безопасности на занятиях волейболом.
13	Декабрь	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками на месте. П/и «Точный удар»
14	Декабрь	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками в движении П/и. по выбору
15	Декабрь	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками с хлопком. П/и по выбору
16	Декабрь	Подбрасывание и ловля мяча одной рукой (удобной). П/и по выбору
17	Январь	Перебрасывание мяча друг другу в парах с надувными мячами П/и. по выбору.
18	Январь	Перебрасывание мяча через сетку друг другу в парах П/и по выбору
19	Январь	Перебрасывание мяча через сетку в парах с продвижением. П/и по выбору
20	Январь	Удар по мячу после подбрасывания над собой. П/и по выбору
Футбол		
21	Февраль	Правила игры в пионербол, двусторонняя игра.
22	Февраль	История зарождения игры. Техника безопасности на занятиях футболом.
23	Февраль	Перемещение: бег по прямой, с быстрыми остановками, поворотами, прыжками, скрестные шаги по прямой. П/и по выбору.
24	Февраль	Удары по неподвижному мячу. П/и по выбору
25	Март	Удары по катящемуся мячу внутренней и внешней стороной стопы, носком. П/и по выбору.
26	Март	Ведение мяча по прямой последовательными толчками внешней стороной стопы одной ногой. П/и по выбору
27	Март	Ведение мяча «змейкой» вокруг предметов. П/и по выбору
28	Март	Попадание мячом в предметы, забивание в ворота. П/и по выбору
29	Апрель	Техника игры вратаря: ловля, отбивание мяча. П/и по выбору
30	Апрель	Передача мяча друг другу, прием катящегося мяча от партнера. П/и по выбору

31	Апрель	Закреплять умение мягко ловить мяч ногой .Воспитывать целеустремленность
32	Апрель	Учить перебрасывать и ловить два мяча одновременно. Упражнять ведению мяча по кругу. Совершенствовать прыжки. Совершенствовать умение передавать друг другу мяч ногой в движении
33	Май	Подвижные игры с элементами футбола по выбору.
34	Май	Продолжать учить занимать правильное и.п. при забивании мяча в ворота. Закреплять умение гасить скорость летящего мяча, удерживать его ногой.
35	Май	Закреплять умение броска мяча ногой в ворота на меткость
36	Май	Выявить уровень физической подготовленности детей. Итоговое спортивное развлечение

2.4 Условия реализации программы.

Спортивное оборудование.

Гимнастическая стенка (1 пролета) -3 шт.

Гимнастические скамейки (высота 30см.) - 2 шт.

Навесные щиты для баскетбола - 1 шт.

Конусы для разметок: высота 2 5 с м - 1 0 шт.;

Мячи надувные – 16 шт.;

Мяч набивной (700 гр.) - 4 + 1 шт.;

Мячи баскетбольные– 2 шт.;

Мячи футбольные – 2 шт.;

Мячи резиновые большие – 16 шт.;

Корзины для мячей - 2 шт.

2.5 Оценочные материалы

Для тестирования физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

Уровни усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом

№ п/п	Ф.И. ребенка	Броски мяча разными способами	Отбивание мяча в разных положениях	Забрасывание мяча с мета в корзину	Ведение мяча между предметами и с дополнительными заданиями	Перебрасывание мяча через сетку разными способами	Перебрасывание мяча друг другу из разных положений
		Н.г. к.г.	Н.г. к.г.	Н.г. к.г.	Н.г. к .г.	Н.г. к.г.	Н.г.к.г.

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

Средний уровень: технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом. Верно, оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Не совсем уверенно и точно выполняет действия с мячом в заданном темпе.

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

**Критерии педагогической оценки овладения дошкольниками
игровыми упражнениями с мячом**

№	Критерии	Интенсивность выполнения	
		5-6 лет	6-7 лет
1.	Подбрасывать и ловить мяч двумя руками	10-15 раз	20 и выше
2.	Ведение мяча с заданиями	5-6 м	6 м и выше
3.	Отбивать мяч об пол двумя руками	5-6 м	6м и выше
4.	Отбивать мяч правой-левой рукой поочерёдно	5-6 м	6м и выше
5.	Забрасывание мяча в корзину с места	10 раз и выше	15 раз и выше
6.	Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока и кружения	15 и выше	20 и выше
7.	Подбрасывать мяч вверх, соединять руки перед грудью кольцом и пропускать в него падающий мяч. После отскока поймать его.	15 раз и выше	20 раз и выше
8.	Отбивать мяч одной рукой с продвижением вперёд (мяч сбоку)	5-6 м	6 м и выше
9.	Отбивать мяч об пол кулаком	15 раз и выше	20 раз и выше
10.	Перебрасывание мяча друг другу разными способами	на расстоянии 3-4 м 10 раз	на расстоянии 5 м 15 раз и выше
11.	Метание в горизонтальную и вертикальную цель одной рукой	3-4 м	4-5 м
12.	Метание на дальность	5-9 м	6-12 м и выше

2.6 Список литературы.

1. Адашкевичене Э.И. Спортивные игры и упражнения. – М.: «Просвещение», 1992г.
2. Громова О.Е. «Спортивные игры для детей».- М.: «ТЦ Сфера», 2002г.
3. Зимонина В.Н. Программа «Расту здоровым» М.: «ТЦ Сфера» 2013г.
4. Кенеман А.В., Кистяковская М.Ю., Осокина Т.И., «Физическая подготовка детей 5-6 лет к школе» М.: «Просвещение», 1980г
5. Яковлева Л.Ф. Программа «Старт» Журнал «Дошкольное воспитание» № 1-12,1996, № 1-2, 1997 - интернет ресурс