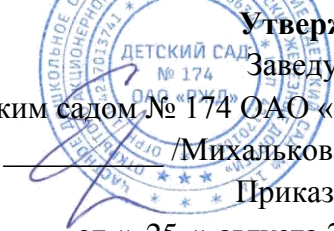


Открытое акционерное общество «Российские железные дороги»  
Частное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 174 открытого акционерного общества  
«Российские железные дороги»

**Принято:**  
на заседании Совета педагогов  
протокол №1  
от « 25 » августа 2021 г.

**Утверждаю:**  
Заведующий  
Детским садом № 174 ОАО «РЖД»  
/Михалькова Е.В./  
Приказ №203  
от « 25 » августа 2021 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**« МОЙ ДРУГ - МЯЧ »**

**Возраст воспитанников: 6 – 7 лет**  
**Срок реализации программы: 1 год**

Разработчик:  
Бражникова М.А.,  
инструктор по физической культуре

## СОДЕРЖАНИЕ

### **РАЗДЕЛ №1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ: ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ»**

1.1. Пояснительная записка (характеристика программы).....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	6
1.3. Содержание программы: учебный (тематический) план, содержание учебного (тема- тического) плана.....	7
1.4. Планируемые результаты.....	20

### **РАЗДЕЛ №2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛО- ВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ»**

2.1. Календарный учебный график.....	21
2.2. Условия реализации программы.....	21
2.3. Формы контроля/аттестации.....	22
2.4. Оценочные материалы.....	24
2.5. Методические материалы.....	26
Список используемых источников.....	28
Приложение	

## РАЗДЕЛ №1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ: ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ»

### 1.1. Пояснительная записка (характеристика программы)

#### *Нормативно-правовое обеспечение разработки и утверждения Программы*

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
3. «Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей» (утверждена приказом Министерства просвещения РФ № 467 от 3 сентября 2019 года).
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», от 28 января 2021 г. № 2. «Гигиенические нормативы и требования СП 1.2. 3685-21. к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
5. Паспорт приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам, протокол от 30 ноября 2016 г. № 11).
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196».
8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
9. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Приложение к письму Комитета образования и науки администрации города Новокузнецка от 02.07.2019 г. № 2028).

**Направленность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мой друг - мяч» (далее – программа) – физкультурно-спортивная.

**Уровень освоения содержания программы** - программа стартового уровня освоения содержания.

**Актуальность Программы** обусловлена тем, что современные дети испытывают двигательный дефицит и дефицит общения, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме с тенденцией к ухудшению состояния здоровья. Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, большое значение имеет двигательная активность - естественная потребность в движении, которая оказывает благоприятное воздействие на формирование растущего организма. При её недостатке возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям, нарушение осанки, координации движений, плоскостопие.

В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов современного образования можно отнести вопросы приобщения детей к физической культуре и спорту с дошкольного возраста. Занятия физкультурой и спортом закаляют физически, развивают ловкость, быстроту реакции, повышают физическую активность, дисциплинируют, организуют, способствуют развитию саморегуляции, умению взаимодействовать со сверстниками и взрослыми.

Для развития ребёнка дошкольного возраста необходимо использование различных игрушек, предметов, материалов и оборудования, наглядности. Образовательная деятельность в рамках образовательной области «Физическое развитие» не является исключением. Дети с удовольствием используют спортивное оборудование и инвентарь, атрибуты для подвижных игр. Мяч с самого раннего детства является для ребёнка универсальным средством: игрушкой и спортивным инвентарём. Им можно играть в подвижные игры, с ним можно выполнять общеразвивающие упражнения, катать, бросать, метать и многое другое. Мяч доступен, с ним можно играть в помещении, на прогулке, по популярности занимает он одно из первых мест в детских играх. Поэтому игры и упражнения с мячом занимают одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми в дошкольном образовательном учреждении и стали основой для составления данной Программы.

Упражнения в бросании, катании, ведении мяча способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений рук и глаз, совершенствует пространственную ориентировку, формируют умения, согласовывать усилие с расстоянием, развивают выразительность движений. Действия с мячами различного веса и объёма мотивируют детей на активную двигательную деятельность, укрепляют не только крупные, но и мелкие мышцы. Увеличивается подвижность суставов пальцев и кистей, голени и стопы, усиливается кровообращение, развивается дыхательная система.

Совместное выполнение упражнений с мячом (в парах, втроём, в кругу) - прекрасная школа приобщения ребёнка к командным видам спорта и подвижным играм с элементами спортивных игр.

При систематическом обучении дети без проблем совершают сложные скоординированные движения, начинают логически осмысливать свои действия, свободно удерживают, передают, бросают, ведут мяч. Правильно подобранные упражнения с мячом способствуют выработке таких качеств, как внимательность, инициативность, целеустремленность, саморегуляция собственных действий.

Особый интерес для детей представляет использование игрового метода и упражнений из арсенала спортивных игр. Физкультурные занятия, подвижные игры и игровые упражнения, построенные на использовании элементов спортивных игр и упражнений, в значительной степени способствуют повышению уровня физической подготовленности, физическому и психическому развитию, вызывают повышенный интерес к занятиям двигательной деятельностью у дошкольников.

Для удовлетворения потребности детей в двигательной активности и ознакомления их с элементами спортивных игр была разработана дополнительная общеобразовательная программа «Школа мяча» с учётом основополагающих принципов построения парциальных программ «Физическая культура дошкольникам» Л.И. Пензулаевой и «Школа мяча» Н.И. Николаевой.

Дополнительная общеобразовательная программа для детей старшего дошкольного возраста «Мой друг - мяч» (далее Программа) определяет содержание, принципы, формы организации образовательной деятельности по реализации Программы, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах двигательной деятельности с учетом возрастных, индивидуальных физиологических и психологических особенностей детей старшего дошкольного возраста.

Таким образом, освоение воспитанниками содержания программы способствует развитию у них личностных и физических качеств и решает актуальные задачи современного образования и общества.

**Адресат программы:** данная программа «Мой друг - мяч» предназначена для детей в возрасте 6-7 лет.

*Характеристика психофизического развития ребёнка 6-7 лет*

- Умеет самостоятельно объединяться для совместной игры, договариваться, помогать друг другу.
- Договаривается и принимает роль в игре со сверстниками, соблюдает ролевое поведение, проявляет инициативу в игре, обогащает сюжет.
- Умеет планировать деятельность, отбирать необходимые материалы.
- Может дать нравственную оценку своим и чужим поступкам.
- Знает о значении двигательной активности в жизни человека.
- Называет атрибуты некоторых видов спорта, имеет предпочтение в выборе подвижных игр с правилами.
- Выполняет ОРУ по собственной инициативе, согласует движения рук и ног.
- Умеет прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через скакалку.
- Умеет быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
- Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, в движущуюся цель, отбивает и ловит мяч.
- Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях, соревнованиях, играх-эстафетах.

Прием в детское объединение осуществляется без отбора (за исключением случаев медицинского освобождения от занятий физической культурой) и предъявления требований к наличию у них специальных умений на добровольной основе - по желанию детей и заявлению родителей.

Наполняемость в группах – 7-10 человек. При наличии свободных мест возможно зачисление в течение учебного года. По программе занимаются мальчики и девочки в возрасте 6-7 лет. В объединение, в основном, приходят дети с выраженным интересом к занятиям по физической культуре и подвижным играм с элементами спортивных игр или же это запрос родителей. Возрастные особенности детей обуславливают мотивацию на неформальное общение, двигательную и игровую деятельность.

**Год разработки:** 2017 год.

**Год корректировки:** 2021 год.

**Объем и срок освоения программы**

Программа рассчитана на один год обучения, 36 учебных недель. Общий объем Программы – 36 часов.

**Формы обучения и формы организации обучения:** очное обучение, основной формой организации обучения в объединении является очное занятие.

**Режим занятий**

В неделю проводится 1 занятие во вторую половину дня продолжительностью не более 30 минут.

Место проведения – физкультурный зал, спортивная площадка на территории ДОУ.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель:** развитие двигательных навыков, психофизических качеств и укрепление здоровья детей старшего дошкольного возраста через организацию подвижных игр и упражнений с мячом.

### **Задачи:**

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе эмоциональное благополучие;
- способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательного аппарата);
- познакомить детей с историей появления мяча и видами мячей, правилами и элементами спортивных игр с мячом: баскетбол, волейбол, футбол;
- познакомить и помочь принять правила поведения на занятиях;
- формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча разными способами, подача и бросок через сетку, метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель, подача мяча, ведение мяча ногами, удар по воротам;
- способствовать умению применять практические умения и полученные навыки в подвижных играх с мячом;
- развивать координацию движений, выносливость, быстроту, реакцию, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;
- развивать устойчивый интерес к подвижным играм и игровым упражнениям с мячом, способность действовать в команде на основе дружелюбного и продуктивного общения, соблюдать правила игр и правила безопасности, соотносить свои действия с действиями товарищей;
- формировать общую культуру личности детей, в том числе ценности здорового образа жизни;
- воспитывать морально-волевые качества и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья, желание сознательно добиваться поставленной цели, не обижая партнёров по игре.

### 1.3. Содержание программы: учебный (тематический) план, содержание учебного (тематического) плана

Таблица №1. Учебно-тематический план

№ п/п	Тематические разделы	Тема занятий	Общее количество часов	Практика	Теория	Практика	Срок проведения
1	Вводный	№ 1. «История появления мяча. Какие бывают мячи? Правила безопасности в играх с мячом».	1	1	1	-	1 неделя сентябрь
2	Ознакомление с элементами спортивной игры баскетбол. Элементы игры баскетбол.	№ 2,3. Бросание мяча вверх и вниз перед собой.	15	2	-	2	2-3 неделя сентябрь
		№ 4,12. Ведение мяча.		2	-	2	4 неделя сентябрь 4 неделя ноябрь
		№ 5,6,7,8. Перебрасывание мяча партнеру.		4	-	4	1-4 неделя октябрь
		№ 9,10,11,13. Отбивание мяча.		4	-	4	1-3 неделя ноябрь 1 неделя декабрь
		№ 14,15,16. Метание мяча.		3	-	3	2-4 неделя декабрь
3	Ознакомление с элементами спортивной игры футбол. Элементы игры футбол.	№ 17,18, 21. Передача мяча друг другу.	10	3	-	3	1-2 неделя январь 1 неделя февраль
		№ 19,20. Удары по мячу.		2	-	2	3-4 неделя январь
		№ 22,23. Остановка (прием) мяча		2	-	2	2-3 неделя февраль

		ногой. № 24,25,26. Ведение мяча.					
				3	-	3	4 неделя февраль 1-2 неделя март
4	Ознакомление с элементами спортивной игры волейбол. Элементы игры волейбол.	№ 27,28. Передача и ловля мяча.	9	2	-	2	3-4 неделя март
		№29,30. Подача и блокировка мяча (прием).		2	-	2	1-2 неделя апрель
		№ 31,32. Перемещение с мячом.		2	-	2	3-4 неделя апрель
		№ 33,34,35. Метание.		3	-	3	1-3 неделя май
5	Заключительный	№ 36. Физкультурно-игровое развлечение «Наши любимые игры с мячом».	1	1	-	1	4 неделя май



Таблица №2. Содержание образовательной деятельности

№/п/п	Задачи	Атрибуты	Содержание деятельности
<b>Раздел 1. Вводный.</b>			
№1.1	Познакомить детей с историей возникновения и видоизменениями мяча; основными правилами техники безопасности в играх с мячом; способствовать развитию интереса к физической культуре и спорту.	Диапроектор, экран, видеопрезентация, резиновый мяч.	1. Просмотр презентации «История мяча». 2. Знакомство с правилами техники безопасности в играх с мячом. 3. Подвижная игра «Ловишка с мячом». 4. Игра малой подвижности «Мяч капитану».
<b>Раздел 2. Ознакомление с элементами спортивной игры баскетбол. Элементы игры баскетбол.</b>			
№2.1	Формировать определенные умения обращаться с мячом, ощущать его свойства и производить в соответствии с ними свои движения, навык быстрого реагирования на сигнал; следить за мячом при броске, ловить мяч ладонями; воспитывать выдержку и внимание.	Мячи резиновые по количеству детей, свисток.	<i>Первая часть</i> Обычная ходьба в колонне в чередовании с ходьбой на носках, руки вверх; высоко поднимая колени, руки в стороны; на наружных сводах стоп, руки на поясе. Бег в колонне с изменением темпа; врассыпную в чередовании с ходьбой в колонне. <i>Вторая часть</i> 1. Бросание мяч вверх и ловля его 5-6 раз подряд. 2. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола. Повторить 6-8 раз. 3. П.И. «Играй, играй мяч не теряй». <i>Третья часть</i> Игра «Будь внимателен».
№2.2	Формировать навыки бросания и ловли мяча. Способствовать развитию глазомера, координации движения и ловкости. Учить играть дружно.	Мячи резиновые по количеству детей, свисток, обручи.	<i>Первая часть</i> Обычная ходьба в колонне в чередовании с выпадами, руки на поясе; перекатом с пятки на носок; «змейкой», огибая предметы. Бег в колонне с заданиями на сигнал: упор присед, остановка, смена направления бега. <i>Вторая часть</i> 1. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 8-10 раз. 2. Бросание мяча вверх и ловля его одной или двумя руками. П.И. «Обгони мяч». <i>Третья часть</i> Произвольная игра детей с мячом на площадке.
№2.3	Учить детей веде-	Мячи рези-	<i>Первая часть</i>

	нию мяча на месте и принимать и в дальнейшем сохранять основную стойку баскетболиста. Упражнять в передаче-ловле мяча. Способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве.	новые по количеству детей, свисток, 2 обруча.	Обычная ходьба в колонне в чередовании с перекрестной ходьбой; выпадами приставляя ногу; перекатом с пятки на носок, руки на поясе. Бег в колонне с выполнением заданий: «змейкой», огибая предметы; с высоким подниманием коленей; врассыпную. <i>Вторая часть</i> 1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой по 2 минуты. 2. Ведение мяча в движении. П.И. «За мячом». <i>Третья часть</i> Игра «Меткий стрелок».
№2.4	Упражнять детей в передаче, ловле мяча, развивать ориентировку на площадке.	Мячи резиновые по количеству детей, свисток, 6-8 обручей.	<i>Первая часть</i> Ходьба в колонне с различным положением рук (вверх, в стороны, за голову, вперед др.); перекрестная ходьба. Бег в колонне с выполнением заданий: широким шагом; боковым галопом; с захлестыванием голеней; с поворотом на сигнал. <i>Вторая часть</i> 1. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой по две минуты. 2. Перебрасывание мяча партнеру удобным для детей способом, одной и двумя руками. Игра-соревнование «Мяч по кочкам». <i>Третья часть</i> П.И. «Шмель».
№2.5	Упражнять в действиях с мячом: ловле-передаче, ведении.	Мячи резиновые по количеству детей, два воздушных шарика, свисток, 2 конуса, 2 воздушных шарика.	<i>Первая часть</i> Обычная ходьба в чередовании: с ходьбой перекатом с пятки на носок; с ходьбой на носках, руки вверх. Обычный бег в колонне с выполнением заданий: «змейкой», огибая предметы; боковой галоп; прыжки через шнуры. <i>Вторая часть</i> 1. Бросание мяча вверх с ударом вниз об пол и ловля его двумя руками. 2. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 метра. П.И. «Мяч о пол». <i>Третья часть</i> Игра «Не упусти шар».
№2.6	Учить детей бросать мяч в корзину, передаче мяча двумя руками от груди с места, а затем в движении. Развивать меткость, точность дви-	Мячи резиновые по количеству детей, свисток, корзина.	<i>Первая часть</i> Ходьба в колонне с разным положением рук; перекрестная ходьба; перекатом с пятки на носок. Бег в колонне чередовать: бег с высоко поднятыми коленями; бег врассыпную; бег с подскоками.

	жений. Воспитывать честность.		<p><i>Вторая часть</i></p> <p>1 Ведение мяча на месте правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча, направления и скорость ведения.</p> <p>2. Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.</p> <p>П.И. «Пять бросков».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Ты катись, катись, наш мячик».</p>
№2.7	Закреплять с детьми понятие «стойка игрока». Упражнять в передаче мяча в парах, используя приставной шаг.	Мячи резиновые по количеству детей, свисток, 5 мягких модульных квадратов 40х40.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба в колонне, мяч перед грудью в согнутых руках; на носках, мяч вверх; на наружных сводах стоп, мяч за головой; высоко поднимая колени, мяч в прямых руках перед собой.</p> <p>Бег в колонне, мяч перед грудью в согнутых руках; боковой галоп, мяч вперед; подскоки, мяч вверх.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Передача мяча в шеренге и по кругу.</p> <p>2. Передача мяча двумя и одной рукой другу другу в паре.</p> <p>Игра-соревнование «Мяч капитану».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Попади и поймай».</p>
№2.8	Продолжать формировать навыки бросания и ловли мяча; способствовать развитию глазомера, координации движения и ловкости.	Мячи резиновые по количеству детей, свисток, обруч.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба в колонне, перекатом с пятки на носок; в полуприседе, руки за спиной.</p> <p>Бег «змейкой», бег с изменением темпа по команде (ускорение, замедление); бег с ноги на ногу по ориентирам.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками стоя и при ходьбе.</p> <p>2. Удары мяча об пол правой рукой и ловля левой рукой, и наоборот.</p> <p>П.И. «Точный удар».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Быстро отвечай».</p>
№2.9	Учить использовать разные способы подачи и приёма мяча; отрабатывать навыки ведения мяча.	Мячи резиновые по количеству детей, свисток, 2 обруча, 2 воздушных шарика.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Обычная ходьба в колонне; ходьба в полуприседе; с выпадами с хлопком перед собой.</p> <p>Бег спиной вперед; со сменой направляющего; с препятствиями.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Ведение мяча на месте правой и левой рукой.</p> <p>2. Отбивание мяча на месте правой и левой рукой.</p> <p>П.И. «Поймай, как скажу».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра-соревнование «Передача шаров».</p>
№2.10	Упражнять в переда-	Мячи рези-	<i>Первая часть</i>

	<p>че мяча двумя руками от груди с места, а затем в движении. Развивать ловкость, умение согласовывать действия с товарищами.</p>	<p>новые по количеству детей, свисток, волейбольная сетка, обруч, 2 мяча-хопа.</p>	<p>Ходьба в колонне с заданиями: высоко поднимая колени, руки в стороны; на носках, руки вверх, скрестным шагом. Бег обычный в колонне в чередовании с бегом, высоко поднимая колени; поднимая прямые ноги; с захлестом голеней; боковым галопом. <i>Вторая часть</i> 1. Ведение мяча вокруг себя. 2. Перебрасывание мяча через сетку натянутую выше головы ребенка (произвольным способом). П.И. «10 передач». <i>Третья часть</i> Игра-соревнование «Прокати – поймай».</p>
№2.11	<p>Способствовать развитию глазомера, ловкости, развития силы; продолжать отрабатывать навыки ведения мяча.</p>	<p>Мячи резиновые по количеству детей, свисток, 3 футбольных мяча.</p>	<p><i>Первая часть</i> Ходьба обычная в чередовании с ходьбой перекатом с пятки на носок; «змейкой», огибая предметы. Бег обычный; противходом; с захлестыванием голеней, руки согнуты в локтях. <i>Вторая часть</i> 1. Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол. 2. Ведение мяча на месте правой и левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками произвольным способом. П.И. «Мяч водящему». <i>Третья часть</i> Игра «Съедобное – несъедобное».</p>
№2.12	<p>Продолжать отрабатывать навыки ведения мяча.</p>	<p>Мячи резиновые по количеству детей, свисток.</p>	<p><i>Первая часть</i> Ходьба обычная; с ритмичными хлопками под левую ногу; перекрестная ходьба; парами; выпадами; на четвереньках. Бег в колонне в чередовании: с ходьбой враспынную; подскоками; «змейкой». <i>Вторая часть</i> 1. Удар по мячу после передачи мяча партнером (взрослым). 2. Ведение мяча шагом, остановка и передача мяча. П.И. «Мяч соседу». <i>Третья часть</i> Игра «Передал – садись».</p>
№2.13	<p>Упражнять детей в ловкости, умении работать в команде.</p>	<p>Мячи резиновые по количеству детей, свисток.</p>	<p><i>Первая часть</i> Ходьба в колонне с мячом в руках: на носках, мяч вверх; на наружных сводах стоп, мяч за голову; ходьба приставным шагом боком. Легкий бег в колонне с изменением темпа, боковой галоп; бег с захлестом голеней; с</p>

			<p>ноги на ногу по ориентирам.  <i>Вторая часть</i>  1. Ведение мяча с изменением скорости и направления передвижения.  2. Бросок мяча в корзину, стоящую на полу, удобным для детей способом.  П.И. «Шумный мяч».  <i>Третья часть</i>  Игра «Мяч в корзину».</p>
№2.14	Учить броску мяча в корзину с места или с фиксацией остановки после ловли и ведения мяча.	Мячи резиновые по количеству детей, свисток, баскетбольная корзина, обруч.	<p><i>Первая часть</i>  Ходьба обычная в колонне в чередовании с ходьбой: по диагонали зала, перекрестной, в полуприседе, на носках, руки за голову.  Бег в колонне по полосе препятствий: по доске, руки в стороны; «змейкой» огибая предметы; с ноги на ногу из обруча в обруч.  <i>Вторая часть</i>  1. Метание мяча в обруч, расположенный на полу, с расстояния 2-2,5 метра, снизу, сверху и из-за головы.  2. Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.  П.И. «Подвижная цель».  <i>Третья часть</i>  Игра «Передай мяч».</p>
№2.15	Учить броску мяча в корзину с места или с фиксацией остановки после ловли и ведения мяча. Продолжать учить работать в команде, сочетая свои действия с действиями других игроков команды.	Колокольчик, корзина баскетбольная.	<p><i>Первая часть</i>  Ходьба в колонне в чередовании с ходьбой: спиной вперед; на носках, руки вверх; противходом.  Бег обычный в колонне; с прыжком в высоту (игровое упражнение «Дотронься до колокольчика»); противходом.  <i>Вторая часть</i>  1. Ведение мяча на месте.  2. Бросок мяча в корзину после ведения с фиксацией остановки.  П.И. «У кого больше мячей».  <i>Третья часть</i>  Игра «Горячая картошка».</p>
<b>Раздел 3. Ознакомление с элементами спортивной игры футбол. Элементы игры футбол.</b>			
№3.1	Учить правильным ударам по футбольному мячу; закреплять умение передавать мяч в движении. Развивать ловкость, координацию в играх.	Футбольные мячи, пластмассовые барьеры.	<p><i>Первая часть</i>  Ходьба в колонне по диагонали зала; спиной вперед, «змейкой», огибая предметы; перекрестная ходьба; в полуприседе; на четвереньках.  Бег «змейкой»; бег изменением темпа по команде (ускорение, замедление).  <i>Вторая часть</i>  1. Передача мяча друг другу внутренней</p>

			<p>стороной стопы («щёчкой»), стоя в паре с места.</p> <p>2. Удар носком ноги в ворота шириной 2-2,5 м с расстояния 3-4 м с места.</p> <p>П.И. «Гонка мячей».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Мяч в кругу».</p>
№3.2	Учить правильно передавать мяч партнеру с места, развивать координацию движений, ориентировку в пространстве.	Футбольные мячи, 2 конуса.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба в колонне в чередовании с ходьбой: одна рука на плече впереди идущего товарища, другая на поясе.</p> <p>Бег в паре в чередовании с боковым галопом, лицом друг к другу, взявшись за руки.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Передача мяча в парах любым способом и остановка подошвой ноги.</p> <p>2. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с одного, двух, трех шагов.</p> <p>П.И. «Игра в футбол вдвоем».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Шмель».</p>
№3.3	Учить работать в команде, сочетая свои действия с действиями других игроков команды, развивать глазомер, ловкость.	Футбольные мячи, конусы, волейбольная сетка, резиновые мячи.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба в колонне по два с заданиями: на носках, руки вверх; на наружных сводах стоп, руки за спиной; высоко поднимая колени, руки в стороны; по диагонали зала.</p> <p>Бег в колонне с заданиями: боковой галоп, руки на поясе; высоко поднимая колени; с захлестом голеней; спиной вперед; поднимая прямые ноги.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Передача мяча друг другу носком ноги, стоя в тройке с места.</p> <p>2. Удар с места (с разбега) по неподвижно лежащему мячу с целью попасть в предмет (расстояние до предмета 2-3м) на стене.</p> <p>П.И. «У кого больше мячей».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Мяч на конус».</p>
№3.4	Учить работать в команде, стремиться к победе; ловить мяч из разных точек.	Длинный шнур, резиновые мячи, футбольные мячи, пластмассовые ограждения.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Обычная ходьба в чередовании: с ходьбой с различными положениями рук; с ходьбой по диагонали.</p> <p>Бег в колонне с преодолением препятствий: по гимнастической скамье; с ноги на ногу, перешагивая модули; по ребристой доске.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Передача мяча друг другу носком ноги, стоя в паре с места.</p> <p>2. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега.</p>

			<p>П.И. «Забей в ворота».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>П.И. «Ведение мяча парами».</p>
№3.5	Учить передавать мяч партнеру и ловить мяч из разных точек.	Футбольные мячи.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Обычная ходьба с футбольным мячом в руках в чередовании с ходьбой: на носках, руки за головой; на наружных сводах стоп, руки за спиной; на носках, мяч над головой. Бег в колонне с мячом у груди с заданиями на сигнал: остановка, подбросить мяч вверх, поймать двумя руками после хлопка; присед, мяч вперед; стойка на одной ноге, мяч вверх; поворот вокруг себя.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Передача набивного мяча ногами от ведущего игрокам, стоящим по кругу.</p> <p>2. После передачи мяча партнером ударить по мячу и попасть в цель (или предмет) с расстояния 2 м.</p> <p>П.И. «Футболист».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Выгони мяч из круга».</p>
№3.6	Учить правильной остановке (приему) мяча ногой, правильно «отбирать» мяч ногой.	Футбольные мячи, резиновые мячи, конусы, пластиковые ограждения.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба в колонне по полосе препятствий: по скамейке, по полусферам, пролезая в обруч боком в группировке, по ребристой доске.</p> <p>Бег в колонне в чередовании с ходьбой в рассыпную, подскоками, боковым галопом.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Передача мяча в тройках любым способом и остановка подошвой ноги.</p> <p>2. Удар мяча ногой в стену и после отскока остановка ногой.</p> <p>П.И. «Задержи мяч».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>П.И. «Попади в ворота».</p>
№3.7	Учить правильно вести и останавливать мяч ногой; способствовать развитию глазомера, ловкости, развития силы.	Футбольные мячи, несколько детских машин грузовиков.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба в колонне в чередовании с ходьбой в тройках; на носках, с хлопками над головой; на наружных сводах стоп, руки на пояс; перекрестная ходьба.</p> <p>Бег в колонне, в рассыпную, противоходом, по диагонали зала.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Ведение мяча ногой по прямой (7м) попеременно то правой, то левой ногой.</p> <p>2. Вести мяч по извилистой линии между конусами, обводя их.</p> <p>П.И. «А ну-ка, отними!» в тройке.</p>

			<i>Третья часть</i> Игра «Подвижная мишень».
№3.8	Продолжать учить правильному ведению мяча ногами; способствовать развитию глазомера, ловкости, развития силы.	Пластиковые ограждения, футбольные мячи, 8 конусов, 3 обруча.	<i>Первая часть</i> Ходьба в колонне перекрестная; в полуприседе; выпадами вперед с хлопком перед собой; на четвереньках. Легкий бег в колонне; с ноги на ногу из обруча в обруч; в чередовании с прыжками на двух ногах, продвигаясь вперед; враспынную в чередовании с ходьбой в колонне. <i>Вторая часть</i> 1. Произвольное ведение мяча любым способом. 2. Ведение мяча по коридору (шириной 2 м и длиной 8м), постепенно уменьшая его ширину. П.И. «Догони мяч». <i>Третья часть</i> Игра «Закати мяч в обруч».
№3.9	Учить правильно отбирать мяч ногами; упражнять детей в ловкости и умении работать в команде.	Футбольные мячи, резиновые мячи.	<i>Первая часть</i> Ходьба в колонне; гимнастическим шагом; перекатом с пятки на носок; «змейкой», огибая предметы; по диагонали зала. Бег в колонне; по скамейке, противходом, по ориентирам с ноги на ногу. <i>Вторая часть</i> 1. Ведение мяча ногами к воротам. 2. Игровое упражнение «Горячий мяч» ногами. П.И. «Мяч навстречу мячу». <i>Третья часть</i> Игра «У кого мяч?».
№3.10	Упражнять детей в передаче, ловле мяча; способствовать развитию ориентирования в пространстве в игре.	Конусы, футбольные мячи, пластиковые барьеры.	<i>Первая часть</i> Ходьба в колонне в чередовании: с ходьбой на носках по скамейке; боком приставным шагом по скамейке. Бег в колонне с заданиями: противходом; по диагонали зала; по гимнастической скамейке; подскоками. <i>Вторая часть</i> 1. Ведение мяча вокруг конусов и удар по воротам. 2. Удар мяча ногой в стенку и его прием. П.И. «Ловишка с мячом». <i>Третья часть</i> Игра «Мяч под ногами».
<b>Раздел 4.</b> Ознакомление с элементами спортивной игры волейбол. Элементы игры волейбол.			
№4.1	Развивать ловкость	Резиновые	<i>Первая часть</i>



	при подаче и ловле мяча.	мячи, волейбольная сетка.	<p>Ходьба в колонне с разным положением рук; по сигналу ходьба в шеренге; боком приставным шагом.</p> <p>Бег в колонне противходом; по диагонали зала; бег двумя колоннами; расхождением встречных колонн; со сменой направляющего.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Ловля мяча, стоя в паре на расстоянии 2-3 м.</p> <p>2. Упражнять в вбрасывании мяча двумя руками из-за головы вдаль.</p> <p>П.И. «Поймай мяч».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Мяч над головой».</p>
№4.2	Развивать умение ориентироваться на площадке; воспитывать волевые качества ребенка и дружеские отношения, подчинять собственные желания интересам коллектива.	Волейбольная сетка, резиновые мячи, 2 мяча разного размера и веса.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба обычная в чередовании с ходьбой по наклонной доске и гимнастической скамейке; перекрестная, боком приставным шагом.</p> <p>Легкий бег в колонне; по гимнастической скамейке; подскоки; с остановкой на сигнал; с изменением направления на сигнал.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Ловля мяча, брошенного через сетку, натянутую выше роста детей на 20 см.</p> <p>2. Бросок мяча двумя руками из-за головы на дальность.</p> <p>П.И. «Стой».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Гонка мячей по кругу».</p>
№4.3	Упражнять в передаче мяча в парах, используя приставной шаг; закреплять с детьми понятие «стойка игрока; совершенствовать навыки владения мячом.	Резиновые мячи, длинная веревка, воздушный шарик.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба в колонне перекрестная; с различными положениями рук; спиной вперед; на четвереньках. Ходьба двумя колоннами, расхождением встречных колонн.</p> <p>Бег в колонне «змейкой» огибая предметы; перешагивая предметы; по диагонали зала; со сменой направляющего по сигналу; противходом.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Подача мяча снизу вдаль.</p> <p>2. Метание малого мяча в вертикальную цель, Игра «Волейбол с воздушным шаром».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Мяч сбоку».</p>
№4.4	Закреплять приобретенные знания «стойки игрока»; развивать ловкость при подаче и ловле мяча.	Резиновые мячи, волейбольная сетка.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба в колонне по одному с заданиями: на носках, руки вверх; на наружных сводах стоп, руки за спиной; высоко поднимая колени, руки в стороны; в полуприседе, руки на бедрах.</p> <p>Бег в колонне с заданиями на разные сигнала-</p>

			<p>лы: хлопок – поворот; два хлопка – прыжок; удар в бубен – остановка; звонок в колокольчик – ходьба врассыпную.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Передача и ловля мяча в тройках.</p> <p>2. Ведение мяча «змейкой», огибая предметы, расставленные на расстоянии 1 метра друг от друга.</p> <p>Подвижная игра «Вышибалы».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Мяч сверху-снизу».</p>
№4.5	Упражнять в подаче и блокировании мяча, действуя в паре.	Резиновые мячи, длинный шнур, 4 обруча.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба с малым мячом по наклонной доске; гимнастической скамейке; мелким и широким шагом; по сигналу перекладывая мяч за спиной, над головой.</p> <p>Бег в колонне с малым мячом в руках с заданиями на сигнал: остановка, подбросить мяч вверх, поймать двумя руками; остановка, отбить мяч о пол одной рукой, поймать двумя.</p> <p>Бег по диагонали зала, на сигнал переложить мяч в другую руку.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. «Пятерки».</p> <p>2. Игра «Отбей мяч».</p> <p>П.И. «Успей поймать».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Попади в цель».</p>
№4.6	Продолжать учить сложному приёму блокирование (отбивание), развивать ловкость.	Волейбольная сетка, резиновые мячи, 5 обручей.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба в колонне по полосе препятствий: боком приставным шагом по канату, руки на поясе; прыжки с ноги на ногу через модули; ходьба перекрестным шагом по скамейке, соскок на спортивный мат.</p> <p>Бег в колонне с изменением темпа; боковой галоп; спиной вперед; противоходом.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Передача мяча в парах, используя приставной шаг.</p> <p>2. Упражнение в подаче и отбивании мяча в парах.</p> <p>П.И. «Мяч над веревкой».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Мяч сквозь обруч».</p>
№4.7	Упражнять в перемещении с мячом, развивать скоростно-силовые качества; способствовать развитию прыгучести,	Резиновые мячи, волейбольная сетка, конус.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба в колонне перекрестная; гимнастическим шагом; ходьба двумя колоннами; расхождением встречных колонн.</p> <p>Бег в колонне в чередовании с ходьбой врассыпную; бег парами, тройками, подскоками.</p>

	ловкости, координационных способностей.		<p><i>Вторая часть.</i></p> <p>1. Стоя лицом к стене на расстоянии 2-2,5 м, один бросает двумя руками мяч в стену, другой ловит его после отскока от пола.</p> <p>2. Упражнение в подаче и отбивании мяча в парах.</p> <p>П.И. «Мяч через сетку» (в четвёрках).</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Кто быстрее?».</p>
№4.8	Способствовать развитию глазомера, ловкости, силы.	5 обручей, резиновые мячи.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба в колонне: на носках, мяч вверх; на наружных сводах сто, мяч за голову; отбивание мяча о пол одной рукой, ловля двумя; подбрасывание вверх и ловля двумя руками. Бег в колонне с мячом в руках, выполняя задание на сигнал (свисток – подбросить мяч вверх, поймать после хлопка; хлопок – поймать после хлопка); бег со сменой направляющего (последний обегает всех и встает первым).</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. «Десятки».</p> <p>2. Упражнение в подаче мяча сверху.</p> <p>П.И. «Подвижная цель».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Горизонтальная мишень».</p>
№4.9	Закреплять умение передавать мяч в движении; развивать ловкость, координацию; воспитывать чувство партнёрства в команде, желание стремиться к общей победе.	Резиновые мячи, волейбольная сетка.	<p><i>Первая часть</i></p> <p>Ходьба в колонне перекрестная; двумя колоннами на носках, с различным положением рук; расхождением встречных колонн. Легкий бег в колонне; боковой галоп; бег с захлестом голеней; высоко поднимая колени; противоходом.</p> <p><i>Вторая часть</i></p> <p>1. Упражнение в подаче мяча вдаль.</p> <p>2. Отбивание и бросание мяча через сетку несколькими игроками с передачей друг другу.</p> <p>П.И. «Мяч водящему».</p> <p><i>Третья часть</i></p> <p>Игра «Капитаны».</p>
<b>Раздел 5. Заключительный.</b>			
№5.1	Закреплять знания и умения, полученные в течение года на занятиях в кружке.	2 резиновых мяча, 2 футбольных мяча.	<p>Игры-эстафеты</p> <p>1. «Проведи мяч и забрось в корзину».</p> <p>2. «Забей гол в ворота».</p> <p>3. Игра-соревнование «Волейбол с воздушным шаром».</p>

#### 1.4. Планируемые результаты

*Планируемые результаты освоения программы:*

- проявляет интерес к истории появления и видоизменениям мяча, к подвижным играм с элементами спортивных игр и игровым упражнениям с мячом;
- знаком с правилами и элементами спортивных игр (баскетбол, футбол, волейбол), имеет представление об особенностях используемых в этих играх мячей;
- владеет простейшими технико-тактическими действиями с мячом: передача мяча разными способами, подача и бросок через сетку, метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель, ведение мяча ногами, удар по воротам;
- способен применять практические умения и навыки в подвижных играх с мячом, действовать в команде на основе дружелюбного и продуктивного общения, соотносить свои действия с действиями товарищей;
- развиты психофизические качества координация движений, выносливость, быстрота, реакция, ловкость, ориентировка в пространстве, глазомер;
- демонстрирует понимание ценности здорового образа жизни для здоровья в будущем, желание сознательно добиваться поставленной цели, не обижая партнёров по игре.

## РАЗДЕЛ №2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ»

### 2.1. Календарный учебный график

Начало и окончание учебного периода по программе «Мой друг - мяч» определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28 сентября 2020 г. № 28. И СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28 января 2021 г. № 2.

Таблица №3. Календарный учебный график.

№	Год обучения	Объем учебных часов	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Режим работы
1	Первый	18 часов	36	36	1 раз в неделю

### 2.2. Условия реализации программы

#### Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в физкультурном зале (площадь 62,8 кв.м.) и на спортивной площадке детского сада (площадь 245 кв.м.). Общий фон физкультурного зала выполнен в оттенках спокойных тонов, оформлен согласно требованиям ФГОС ДО к РППС оформления помещений ДОО: вариативность, безопасность, полифункциональность, трансформируемость, содержательная насыщенность, доступность. Зал хорошо оснащен спортивным оборудованием и инвентарём и соответствует требованиям СанПиН для ДОО.

Таблица №4. Оснащение физкультурного зала.

Тип оборудования	Наименование	Количество
Для ходьбы, Для бега	Скамейка гимнастическая	3
Для прыжков, Для перепрыгивания	Обруч	30
	Барьеры	8
	Палки	30
	Скакалки	20
	Шнур, канат	2
Для прокатывания Для отбивания	Модульные колеса	6
	Мячи резиновые маленькие	20
	Мячи средние надувные	20
	Мячи набивные 0,5; 1 кг	10
	Мячи большие набивные	2
	Мячи волейбольные	4
Для метания	Навесные мишени	2
Для забрасывания	Стойка-«Цыпленок» с закрепленной корзиной для забрасывания мяча	2

Для перебрасывания	Мешочки с песком	20
	Модуль с лунками	4
	Сетка волейбольная	1
	Модульный бассейн с пластмассовыми шариками	200
Для ползания,	Узкие спортивные маты	2
Для лазания	Широкие спортивные маты	2
Для подлезания	Лестница гимнастическая	4
Для перелезания	Обручи на подставке	3
	Подставка для установки обруча	6
	Модульное бревно	4

Таблица №5. Оснащение спортивной площадки

Тип оборудования	Наименование	Количество
Для ходьбы Для бега	Бум гимнастический Беговые дорожки с разметкой	2
Для прыжков, перепрыгивания	Разметка	
Для прокатывания, прокатывания, отбивания, забрасывания Для метания	Кольцо баскетбольное Сетка волейбольная Мишень горизонтальная, вертикальная Ворота футбольные Мячи для спортивных игр и метания Дуги Скамейки гимнастические Гимнастический комплекс «Юниор»	32 1 3 4 15 6 2 1
Для ползания, лазания, подлезания, перелезания	Лестница гимнастическая Обручи на подставке	2 6

### **Кадровое обеспечение**

Программу реализует инструктор по физической культуре (педагог дополнительного образования), владеющий профессиональными компетенциями в области «Физическое развитие», имеющий практические навыки в сфере организации образовательной и воспитательной деятельности детей дошкольного возраста.

### **2.3. Формы контроля/аттестации**

В соответствии со статьёй 58 п.1 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года выбраны следующие формы подведения итогов реализации и отслеживание результативности дополнительной образовательной программы:

- наблюдение за активностью ребенка на разных этапах занятия и выполнением контрольных нормативов, в свободной двигательной-игровой деятельности на прогулке;
- оценка членов жюри, зрителей выступлений детей во время игр на развлечениях;

- анкетирование родителей, беседы с детьми с целью выявления мнений пожеланий о работе образовательной деятельности.

Формой демонстрации и предъявления образовательных результатов является выполнение упражнений с мячом, игровая деятельность: подвижные игры и игры-эстафеты с мячом, игры-соревнования.

Диагностический материал по программе оценивает успешность выполнения заданий по разделам программы «Мой друг – мяч». Данные о результатах диагностики заносятся в диагностическую карту, которая позволяет выявить уровень освоения программы каждым ребёнком и группой в целом по разделам программы.

## 2.4. Оценочные материалы

Таблица №6. Карта наблюдений

<b>I блок: упражнения с передачей мяча</b>					
<b>Тест</b>		<b>Условия выполнения</b>	<b>Результат</b>		
			<b>3 балла</b>	<b>2 балла</b>	<b>1 балл</b>
1	Передача мяча двумя руками в парах, стоя на месте	Расстояние 2,5 - 3м	8 - 10 раз	3 - 7 раз	0 - 2 раза
2	Передача мяча двумя руками в парах с отскоком о землю	3 - 4м	8 - 10 раз	3 - 7 раз	0 - 2 раза
3	Передача мяча двумя руками в парах, передвигаясь вперёд боковым галопом	10м (не уронить мяч)	8 - 10м	5 - 7м	1 - 2м
<b>II блок: упражнения с ведением мяча</b>					
1	Ведение мяча на месте двумя руками	10с	Более 10 раз	5 - 7 раз	1 - 2 раза
2	Ведение мяча правой и левой рукой вокруг себя	Время не ограничено	Более 10 раз	5 - 7 раз	1 - 2 раза
3	Ведение мяча правой и левой рукой шагом, продвигаясь вперёд	Расстояние 10м (не потерять мяч)	10м	5м	1 - 2м
<b>III блок: упражнения с бросками мяча в корзину</b>					
1	Бросок мяча в корзину, поставленную на пол, способом от груди	10 бросков, расстояние до корзины 2м	8 - 10 раз	3 - 7 раз	0 - 2м
2	Бросок мяча в кольцо, стоя на месте, двумя руками, способом из-за головы	5 бросков, расстояние до кольца 2,5 - 3м	4 - 5раз	2 - 3 раза	0 - 1раз
3	Бросок мяча в кольцо после ведения с фиксацией остановки	3 броска, ведение – 5м	3 раза	1 - 2 раза	0



Таблица №7. Диагностическая карта

№/п	ФИ ребёнка	Тематические блоки									Общий балл по каждому ребёнку	Уровень
		I блок: упражнения с передачей мяча			II блок: упражнения с ведением мяча			III блок: упражнения с бросками мяча в корзину				
		Передача мяча двумя руками в парах, стоя на месте	Передача мяча двумя руками в парах с отскоком о землю	Передача мяча двумя руками в парах, передвигаясь вперёд боковым галопом	Ведение мяча на месте двумя руками	Ведение мяча правой и левой рукой вокруг себя	Ведение мяча правой и левой рукой, шагом, продвигаясь вперёд	Бросок мяча в корзину, поставленную на пол, способом от груди	Бросок мяча в кольцо, стоя на месте, двумя руками, способом из-за головы	Бросок мяча в кольцо после ведения с фиксацией остановки		
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
Средний показатель по группе												

**Высокий уровень – от 19 до 27 баллов.**

Ребёнок освоил все элементы владения мячом, выполняет уверенно, свободно, в хорошем темпе.

**Средний уровень – от 10 до 18 баллов.**

Ребёнок выполняет все элементы владения мячом, но допускает незначительные ошибки.

**Низкий уровень – от 0 до 9 баллов.**

Ребёнок допускает много ошибок, слабо координирован, глазомер слабо развит.

## 2.5. Методические материалы

Программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста (от 6 до 7 лет) и направлена на развитие двигательных навыков и качеств детей старшего дошкольного возраста через организацию подвижных игр и упражнений с мячом.

Отличительная особенность и новизна Программы заключается в разработанной системе игровых занятий с учетом особенностей психомоторного развития дошкольников, реального уровня их физической подготовленности, социальной ситуации развития и специфических видов детской деятельности. Поэтому содержание Программы пронизывают подвижные игры, игры-упражнения, игры-эстафеты с мячом, которые способствуют реализации поставленных задач в соответствии с интересами детей.

Особое внимание в Программе уделяется формированию двигательных навыков и закреплению на основе высокой степени повторяемости и оптимальной последовательности способов владения мячом: ведение, броски, передачи, обманные движения и т.п. в играх различной тематики.

Организация деятельности по реализации Программы базируется на деятельностном и личностно-ориентированном подходах.

Программа сформирована в соответствии с *принципами и подходами*, определёнными Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования:

- самоценность детства как периода жизни значимого само по себе, без всяких условий;
- личностно-развивающий гуманистический характер взаимодействия взрослых и детей;
- единство воспитательных, развивающих и обучающих задач;
- уважение личности ребёнка, атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, создание для каждого ребенка ситуации успеха;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- реализация Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы и учётом социальной ситуации развития;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития), все игры подобраны с учетом возраста и психофизических особенностей детей;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, содержание игровой деятельности с учётом предпочтений и интересов детей;
- последовательность и систематичность – переходить от известного к неизвестному, от простого к сложному, что обеспечивает последовательное накопление и углубление представлений и навыков, развитие познавательных интересов детей;
- научная обоснованность и практическое применение - содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики.

Взаимодействие педагога и воспитанников осуществляется на основе педагогических технологий:

- здоровьесберегающие технологии;
- личностно-ориентированные технологии;
- игровые технологии;
- информационно-коммуникационные технологии.

Программа «Мой друг - мяч» опирается на принципы развивающего воспитания и единства образовательной и воспитательной среды.

Программа носит интегративный характер и способствует не только физическому развитию, но и социально-коммуникативному и познавательному развитию детей дошкольного возраста.

Играя сообща, дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим правилам, требованиям, что способствует произвольности поведения, развитию морально-волевых качеств. Наличие правил и требование их соблюдения, ставят участников игры в положение равноправных партнеров, что способствует укреплению коммуникативных и эмоциональных контактов между детьми. Дети постепенно осваивают, что победа в игре достигается общими усилиями всех игроков.

Игры с мячом способствуют развитию умения видеть причинно-следственную связь своих действий и действий других участников игры, ориентировке в пространстве, представлений об окружающем мире.

Учитывая особенности возраста детей, применяются соответствующие **формы организации детей:**

- групповая - *проведение игр со всеми детьми;*
- подгрупповая и индивидуальная – *проведение упражнений с подгруппой или одним ребёнком для лучшего усвоения техники выполнения упражнений.*

**Формы занятий:** теоретические и практические.

Для поставленных целей и реализации задач используются разнообразные *методы и приёмы обучения:*

- словесные: объяснение последовательности действий, пояснения, инструкции, совместное обсуждение результатов игры;
- наглядные: показ способов выполнения движений, показ образца;
- практические: упражнения, выполнение игровых действий;
- стимулирования и мотивации: создание игровой ситуации, поощрение, порицание, введение элементов соревнования, педагогическая оценка.

*Для реализации программы были созданы авторские методические пособия и осуществлён подбор материалов:*

- основные правила по технике безопасности в физкультурном зале в играх с мячом (Приложение №1);
- сценарии физкультурно-игровых развлечений «Наши любимые игры с мячом» (Приложение №2);
- картотека подвижных игр с мячом (Приложение №3);
- банк аудио и видео материалов: мультфильмы о видах спорта и играх с мячом, презентация «История появления мяча. Какие бывают мячи?», песни о спорте и физической культуре (Приложение №4);
- консультация для родителей «Школа мяча» (Приложение №5);
- пазлы (Приложение №6);
- дидактическая игра-домино (Приложение №7);
- игра ходилка-бродилка «Спортивный парк» (Приложение №8);
- дидактическая игра «Четвертый лишний» (Приложение №9);
- журнал для семейного чтения «Почитай-ка», выпуск «Мой друг - мяч» (Приложение 10);
- альбом раскрасок «Мы играем с мячом» (Приложение №11);
- игровой макет «Смешарики играют в мяч» (Приложение №12).

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адашквичене, Э.Й. Баскетбол для дошкольников. Из опыта работы [Текст] / Э.Й. Адашквичене. - М.: Просвещение, 1983г. - 79 с.
2. Воротилкина, И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ [Текст] / И.М. Воротилкина. – Изд-во НЦ ЭНАС, 2004г.- 144 с.
3. Николаева, Н.И. Школа мяча [Текст] / Н.И. Николаева. - СПб.: Издательство ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008г.- 96 с.
4. Сочеванова, Е.А. Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет [Текст] / Е.А. Сочеванова. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2009г.- 48 с.
5. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения [Текст] под ред. Филиппова С.О. - СПб.: Издательство ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2005г.- 416 с.
6. Хабарова, Т.В. Развитие двигательных способностей старших дошкольников [Текст] / Т.В. Хабарова. - СПб.: Издательство ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2010г.- 112 с.
7. Анисимова, Т.Г., Савинова Е.Б. Физическое развитие детей 5-7 лет [Текст] / Т.Г. Анисимова, Е.Б. Савинова. - Волгоград: Издательство Учитель, 2009 г.- 144 с.
8. <https://ped-kopilka.ru/>
9. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura>
10. [https://yandex.ru/search/?lr=237&text=сценарии+развлечений+с+мячом+в+подготовительной&src=suggest\\_Nin](https://yandex.ru/search/?lr=237&text=сценарии+развлечений+с+мячом+в+подготовительной&src=suggest_Nin)
11. [https://yandex.ru/search/?text=настольные+игры+с+мячом+для+детей&lr=237&suggest\\_reqid=212733359162583529239788809988212](https://yandex.ru/search/?text=настольные+игры+с+мячом+для+детей&lr=237&suggest_reqid=212733359162583529239788809988212)
12. [https://yandex.ru/search/?text=настольные+игры+с+мячом+для+детей&lr=237&suggest\\_reqid=212733359162583529240694914998495](https://yandex.ru/search/?text=настольные+игры+с+мячом+для+детей&lr=237&suggest_reqid=212733359162583529240694914998495)
13. [https://yandex.ru/search/?text=стендовые+консультации+для+родителей%2C+как+научить+играть+в+мяч&lr=237&suggest\\_reqid=212733359162583529241382369915429](https://yandex.ru/search/?text=стендовые+консультации+для+родителей%2C+как+научить+играть+в+мяч&lr=237&suggest_reqid=212733359162583529241382369915429)

Частное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 174 открытого акционерного общества  
«Российские железные дороги»  
г. Новокузнецк, ул. Циолковского, д. 7А  
тел.:71-58-94  
эл. адрес: [detsad-174@yandex.ru](mailto:detsad-174@yandex.ru)

**Основные правила по технике безопасности  
в физкультурном зале в играх с мячом**

1. Приступать к занятиям после разминки, чтобы подготовиться к активным играм и упражнениям.
2. Вне физкультурного зала играть с мячом на площадке с ровной поверхностью, чтобы было удобно отбивать и вести мяч и обезопасить себя от падений.
3. На занятиях и в подвижных играх, передавая мяч партнёру, стараться не попасть в стоящего рядом игрока.
4. После свистка инструктора, извещающего о прекращении игры, прекратить все действия с мячом.
5. Ловить мяч, сгибая руки перед грудью, не прижимая к корпусу.
6. Смотреть на подающего игрока во время подачи мяча. При неточной подаче, мяч может попасть в своих игроков.