

СОГЛАСОВАНО

на педагогическом совете МАДОУ № 49
№ 1 от 29.06.2024

УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего МАДОУ № 49
С.Н. Камаловой
№ 244 от 29.06.2024 г



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа «Школа мяча»
с 4 до 7 лет**

Содержание:

I. Целевой раздел

- 1.1 Пояснительная записка..... 3-4 стр.
Цель программы «Школа мяча»..... 4 стр.
1.1.1. Принципы и подходы:..... 4-5 стр.
1.1.2. Значимые для реализации программы характеристики... 5 стр.
1.1.3. Характеристики особенностей развития детей:..... 5-6 стр.
1.2. Планируемые результаты освоения программы..... 6-7 стр.
1.3. Система оценки результатов освоения программы..... 7-8 стр.

II. Содержательный раздел

- 2.1. Содержание деятельности на занятиях в «Школе мяча»... 8-9 стр.
2.2 Учебный план..... 9-15 стр.

III. Организационный раздел

- 3.1. Расписание занятий «Школы мяча» 15 стр.
Перспективно – тематический план (4-5 лет)
Перспективно – тематический плана (5-6 лет)
Перспективно – тематический план (6-7 лет)

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

- Программа разработана в соответствии:
– ФГОС ДО N1155 от 17 октября 2013 г.,
– ФЗ «Об образовании в РФ» N273 от 29.12.2012,
– Конвенцией ООН о правах ребенка,
– законом РФ «О физической культуре и спорте в РФ» N80 от 29.04.1999 г.,
письмом МО РФ N65/23-16 от 14.03.2000 г. «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»,

– Приказом МО РФ и МЗ РФ Государственного комитета РФ по физической культуре и спорту, РАО N2715/227/166/19 от 16.07.2002 г. «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях РФ»,

Данная программа написана на основании программы «Физическая культура дошкольникам» Л.И. Пензулаевой и элементами программы «Школа мяча» Н.И. Николаевой. Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах деятельности с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Актуальность программы: Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопие, вызывает задержку возрастного развития. Для удовлетворения потребности детей в двигательной активности в детском саду необходимо организовывать занятия по интересам физкультурно-спортивной направленности.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании, отбивании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритmicности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом различного объема 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, втроём, 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 обеспечивает достижения воспитанниками готовности к школе, а именно необходимый и достаточный уровень развития ребёнка для успешного освоения им в дальнейшем основной общеобразовательной Программой начального общего образования по предмету «Физическая культура».

1.1.1. Цель программы «Школа мяча»

Овладение детьми действиями с мячом на более высоком уровне, умением играть в спортивные игры с мячом, развитие у дошкольников

«чувства мяча».

Задачи:

Оздоровительные:

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие
- способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей

Образовательные:

- познакомить детей с историей, правилами и элементами спортивных игр: баскетбол, пионербол, волейбол, футбол
- учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом

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, подача мяча, блокирование, ведение мяча ногами, удар по воротам и умение применять их в игровой ситуации
- развивать способность действовать мячом на достаточно высоком уровне.

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.

1.1.2. Принципы и подходы:

- поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства
- реализация программы в формах, специфических для детей дошкольного возраста, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности
- принцип индивидуально-дифференцированного подхода; индивидуализации дошкольного образования
- принцип гармоничности образования
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности
- сотрудничество организации с семьёй
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития)

-приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

1.1.3. Значимые для реализации программы характеристики:

- ловкость, быстрота, выносливость, ориентация в пространстве.

1.1.4. Характеристики особенностей развития детей:

Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей раннего и дошкольного возраста

В настоящее время внимание педагогов, психологов, физиологов привлечено к дошкольному возрасту, поскольку практический опыт и многочисленные научные исследования свидетельствуют о существовании в данном периоде онтогенеза человек больших, зачастую неиспользуемых психофизиологических резервов развития ребенка.

По биологическим признакам дошкольный возраст подразделяется на следующие периоды:

- 1) новорожденный – первые 4 недели жизни;
- 2) грудной (младенческий) – до 1 года;
- 3) ранний детский – от 1 года до 3 лет;
- 4) дошкольный – от 3 до 6 лет.

Первые годы жизни ребенка характеризуются быстрыми темпами роста и развития организма. Интенсивно увеличиваются морфологические показатели: рост, масса тела и ОГК.

С рождения до трехлетнего возраста заметно возрастают возбудимость и лабильность нервно-мышечного аппарата, но сила мышц еще невелика. Все суставы ребенка вследствие слабого развития связочного аппарата и мышц отличаются большой подвижностью.

При организации физического воспитания детей раннего возраста следует помнить о физиологии системы и мышечно-связочного аппарата и строго дозировать физические нагрузки.

В этом возрасте нервные процессы недостаточно сильны и подвижны, подвижны, однако условно-рефлекторные связи отличаются большой прочностью и очень трудно поддаются переделке. Поэтому в процессе физического воспитания необходимо учить детей правильному выполнению того или иного упражнения, так как возникший навык прочно и надолго закрепляется. Заученные с ошибками простые движения сделают невозможным в будущем правильное формирование более сложных двигательных навыков, а это будет затруднять полное раскрытие двигательной одаренности ребенка.

В раннем возрасте ребенок не может развиваться правильно без достаточной физической активности. Установлено, что у двухлетних детей на активные движения приходится 70% времени бодрствования, а у трехлетних — не менее 60. Постепенно, по мере развития движения у детей приобретают большую законченность, определенную целесообразность и целенаправленность. Однако в коре головного мозга процессы иррадиации

преобладают над процессами концентрации, поэтому движения детей отличаются неточностью, некоординированностью. Внимание в этом возрасте еще неустойчиво, и дети не могут долго сосредотачиваться на чем-то одном и быстро утомляются.

В период от 3 до 6 лет (дошкольный возраст) все размеры тела увеличиваются относительно равномерно. Годичный прирост длины тела составляет 5-6 см, массы – около 2 кг. Но к концу этого периода начинается ускорение роста: за год ребенок прибавляет 8-10 см. Такой бурный рост связан со сдвигами, происходящими в организме (второй период быстрого роста наблюдается у детей в 13-14 лет, когда начинается половое созревание).

У детей дошкольного возраста заметно меняются пропорции тела: руки и ноги становятся значительно длиннее и растут быстрее, чем туловище. Если к 6-7 годам длина туловища увеличивается в 2 раза, то длина рук – более чем в 2,5 раза, а длина ног — более чем в 3 раза.

Рост мышечной ткани происходит, в основном, за счет утолщения мышечных волокон. У ребенка сначала развиваются мышцы таза и ног, а затем (с 6-7 лет) – мышцы рук. К пяти годам увеличивается мышечная сила. Однако из-за быстрой утомляемости мышц и относительной слабости костно-мышечного аппарата дошкольники еще не способны к длительному мышечному напряжению.

К 6-7 годам заканчивается созревание нервных клеток головного мозга. Однако нервная система ребенка еще недостаточно устойчива: процессы возбуждения преобладают над процессами торможения.

Нервная регуляция деятельности сердца у детей еще несовершенна. Неравномерность частоты и силы сердечных сокращений наблюдается даже в покое. При физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется, поэтому упражнения во время занятий надо разнообразить.

1.2. Планируемые результаты освоения программы

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 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
- 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

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

1.3 Система оценки результатов освоения программы

Метод диагностики: тестовые задания на выявление уровня владения мячом.

Критерии оценки:

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.

Диагностика по определению уровня усвоения программы (первый год обучения).

Высокий уровень – от 22 до 27 баллов.

Средний уровень – от 13 до 21 балла.

Низкий уровень – от 0 до 12 баллов.

Диагностика по определению уровня усвоения программы (второй год обучения).

Высокий уровень – от 24 до 30 баллов.

Средний уровень – от 14 до 23 баллов.

Низкий уровень – от 0 до 13 баллов.

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание деятельности на занятиях в «Школе мяча»

Образовательная деятельность в рамках рабочей программы «Школа мяча» рассчитана на четыре года для детей 3-7 лет. 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.

Обучение в «Школе мяча» состоит из трёх этапов: начального, углубленного разучивания и совершенствования двигательных умений и навыков.

Этап начального обучения:

На этом этапе дети учатся простейшим действиям с мячом для развития координации движений, развивают умение следить за траекторией полёта мяча, вырабатывают быструю ответную реакцию на летящий мяч.

Этап углубленного разучивания:

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.

Этап закрепления и совершенствования двигательных знаний и навыков:

Это этап закрепления полученных знаний, умений и навыков владения мячом в спортивных играх и эстафетах. Этап совершенствования упражнений можно считать завершённым, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

В программу включены три неразрывно связанных между собой блока:
Возраст детей, участвующих в реализации рабочей программы: 4 – 7 лет.

Состав группы 12-15 человек. Группа одновозрастная.

Периодичность занятий – один раз в неделю во вторую половину дня.

Длительность занятий – 30 минут.

Форма организации деятельности детей на занятии: групповая.

Формы обучения детей.

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

1 Часть (вводная) включает в себя различные виды ходьбы и бега или комплекс ритмической гимнастики.

2 Часть (основная) 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 3 Часть (заключительная) организовывается в виде релаксации или просмотра презентаций, видеороликов, мультфильмов.

2.2 Учебный план

Возраст 4-5

Тема	Количество часов			
	всего		теория	практика
	кол-во занятий	мин.		
Сентябрь Обследование детей	1	30	5	25
Учить прокатывать мяч друг другу. Усваивать упражнения и правила игр.	1	30	5	25
Учить ловить и передавать мяч друг другу с небольшого расстояния. Учить детей катать и ловить мяч. Развивать внимание и ловкость движений.	2	30	5	25
Октябрь Развивать ориентировку в пространстве.	2	30	5	25
Развивать равновесие, глазомер.	2	30	5	25
Ноябрь Учить детей	2	30	5	25

слушать сигнал, ориентировка в пространстве.				
Формировать умение управлять мячом и играть с ним.	2	30	5	25
Декабрь Учить детей ловить мяч, развивать реакцию.	4	30	5	25
Январь Развивать элементарные навыки попадания мячом в цель.	2	30	5	25
Учить детей ловить и передавать мяч друг другу с небольшого расстояния.	1	30	5	25
Развивать умение ориентироваться на площадке, быстроту мышления.	1	30	5	25
Февраль Учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитываться уверенность в своих целях.	2	30	5	25
Совершенствовать навык отталкивания мяча.	1	30	5	25
Продолжать катать мяч в прямом направлении.	1	30	5	25
Март Развивать зрительно моторную координацию.	2	30	5	25

Упражнять метание вдаль (энергично отталкивать мяч в заданном направлении)	2	30	5	25
Апрель Совершать навыки передачи – ловли мяча. Воспитывать организованность.	2	30	5	25
Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его. Развивать ловкость движения.	2	30	5	25
Май Закреплять умение детей прокатывать мяч вокруг предметов.	1	30	5	25
Развивать меткость. Развивать умение ориентироваться в пространстве.	2	30	5	25
Обследование	1	30	5	25

Итого: 36 занятий

Возраст 5-6

Тема	Количество часов			
	всего		теория	практика
	кол-во занятий	мин.		
Сентябрь Обследование детей	1	30	5	25
Подготовить детей к обучающему процессу Инструктаж по технике безопасного поведения в физкультурном зале	2	30	5	25
Знакомство с мячом	1	30	5	25
Октябрь Совершенствование броска мяча вверх и ловля его двумя руками на месте	2	30	5	25
Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений	2	30	5	25
Ноябрь Контролировать мяч в движении Выполнять броски и ловлю мяча в движении	2	30	5	25
Отбивание мяча об пол одной рукой на месте	2	30	5	25
Декабрь Научить точности передачи мяча партнеру Отбивание мяча об пол правой и левой рукой в	3	30	5	25

движении				
Передача мяча друг другу различным способом	1	30	5	25
Январь Совершенствовать точность передачи мяча при игре в парах	4	30	5	25
Февраль Подготовить детей к игре в пионербол с двумя мячами	4	30	5	25
Март Развивать умения принимать решения в процессе игр Бросок мяча об стенку и ловля его двумя руками	2	30	5	25
Подача и пас в игре	2	30	5	25
Апрель Совершенствовать технику игры Верхняя подача в волейболе	2	30	5	25
Обучение техники приема и передачи мяча	2	30	5	25
Май Разработать тактику игры Блокирование мяча в процессе игры	1	30	5	25
Развивать меткость.	2	30	5	25

Развивать умение ориентироваться в пространстве.				
Обследование	1	30	5	25

Итого: 36 занятий

Тема	Количество часов			
	всего		теория	практика
	кол-во занятий	мин.		
Сентябрь Обследование детей	1	30	5	25
Познакомить детей с игрой в баскетбол. Историей её возникновения.	1	30	5	25
Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочерёдно.	2	30	5	25
Октябрь Подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара в ладоши.	2	30	5	25
Перебрасывание мячей двумя руками снизу, после удара об пол – подбросить вверх.	2	30	5	25
Ноябрь Броски мяча двумя руками от груди друг другу.	2	30	5	25
Метание в цель правой и левой рукой малого мяча.	2	30	5	25
Декабрь	2	30	5	25

Ведение мяча с последующим забрасыванием в корзину.				
Отбивание мяча об пол одной рукой.	2	30	5	25
Январь Ведение мяча с продвижением вперёд. Игра: “Баскетбол”.	2	30	5	25
Перебрасывание мяча двумя руками, из-за головы, стоя на коленях.	2	30	5	25
Февраль Подбрасывание мяча двумя руками, ловля после хлопка.	2	30	5	25
Отбивание большого мяча об стену и ловля его после удара об пол.	2	30	5	25
Март Развивать умения принимать решения в процессе игр Бросок мяча об стенку и ловля его двумя руками	2	30	5	25
Подача и пас в игре	2	30	5	25
Апрель Ведение мяча правой и левой рукой. Игра: “Волейбол”.	2	30	5	25
Ведение мяча и забрасывание в	2	30	5	25

корзину.				
Май Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы, от груди с ведением мяча правой и левой рукой.	2	30	5	25
Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля другой.	1	30	5	25
Обследование	1	30	5	25

Итого: 36 занятий

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Образовательная деятельность в рамках рабочей программы «Школа мяча» рассчитана на 3 года для детей 4-7 лет. 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. Форма организации занятий: групповая. С каждой группой занятия организуются 1 раза в неделю: вторник, 30 минут (1 академический час):

Расписание занятий «Школы мяча»

1 группа 4-5 лет	Вторник 15:30
2 группа 5-6 лет	вторник 16:00
3 группа 6-7 лет	вторник 16:30

Условия реализации программы

Специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

Итогом детской деятельности могут служить физкультурные досуги, праздники, развлечения.

Место проведения: спортивный зал МАДОУ, спортивная площадка

Спортивный инвентарь:

1. Мячи:

- резиновые (малые, средние, большие) (по 12 шт.)
- малые пластмассовые (12 шт.)
- надувные (12 шт.)
- массажные резиновые (12 шт.)
- баскетбольные (3 шт.)
- волейбольные (2 шт.)
- футбольные (2шт.)

2. Воздушные шарики (12 шт.)

3. Фитболы (12 шт.)

4. Цветные клубки (12 шт.)

5. Мелкие предметы для развития кисти руки:

- мячики для пинг-понга
- пластмассовые массажные мячики
- попрыгунчики
- шнурки
- карандаши
- брусочки
- цилиндры

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. Обручи (10 шт.)

12. Кубики (20 шт.)

13. Кегли (20 шт.)

14. Гимнастические скамейки (2 шт.)

15. Мишени (2 шт.)

16. Коврики (15 шт.)

17.Свисток (2 шт.)

Методическое обеспечение программы:

1. *Адашкявичене Э.Й.* Баскетбол для дошкольников. М., 1983.
2. *Александрова Е.Ю.* Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. Волгоград, 2007.
3. *Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П.* Общеразвивающие упражнения в детском саду. М., 1990.
4. *Вавилова Е.Н.* Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать. М., 1983.
5. *Гришин В.Г.* Игры с мячом и ракеткой. М., 1982.
6. *Конеева Е.В.* Детские подвижные игры. РНД., 2006.
7. *Николаева Н.И.* Школа мяча. М., 2008.
8. *Пензулаева Л.И.* Физкультурные занятия с дошкольниками. М., 1988.
9. *Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка. М., 2008
10. *Филлипова С.О.* Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. СПб., 2005
11. *Харченко Т.Е.* Утренняя гимнастика в детском саду. М., 2011.

Перспективно – тематический план

Средняя группа (4-5 лет)

Месяц:	Мероприятия:	Цель:	Взаимодействие с родителями:	Кол – во занятий
Сентябрь	<p>1. Обследование детей.</p> <p>2. Прокатывать мяч друг другу.</p> <p>Игра “Мяч в кругу”.</p> <p>3. Прокатывания мяча под дугу.</p> <p>Игра: “Докати до стены”</p> <p>Игра: “Горячая картошка”</p> <p>4. Игровое упражнение “Колобок”</p> <p>“Детский боулинг”</p>	<p>Учить прокатывать мяч друг другу.</p> <p>Воспитывать выдержку.</p> <p>Упражнять в прокатывании мяча друг другу.</p> <p>Усваивать упражнения и правила игр.</p> <p>Учить ловить и передавать мяч друг другу с небольшого расстояния.</p> <p>Учить детей катать и ловить мяч.</p> <p>Развивать внимание и ловкость движений.</p>		<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>
Октябрь	<p>1. Игра: «Весёлые мячи».</p> <p>Игра: “Мяч навстречу мячу”.</p> <p>2. Прокатывание в</p>	<p>Развивать ориентировку в пространстве.</p> <p>Развивать равновесие, глазомер.</p>		<p>2</p> <p>2</p>

	ворота Упражнение: “Мяч в корзину”			
Ноябрь	1.Игровые упражнения: “Весёлые мячи” “Мяч в кругу” “Прокати и догони”.	Учить детей слушать сигнал, ориентировка в пространстве. Формировать умение управлять мячом и играть с ним.	Открытое собрание.	2
	2.Прокатывания мяча в длину. Упражнение: “Передача мячей”			2
Декабрь	1.Игровые упражнения: «Игра в мяч»; «Салют».	Учить детей ловить мяч, развивать реакцию.		2
	2. Перебрасывание мячей друг другу. Игра: “Послушный мяч”			2
Январь	1. Игровые упражнения: Упражнения: “Пирамидка”; «Горячая картошка».	Развивать элементарные навыки попадания мячом в цель. Учить детей ловить и передавать мяч друг другу с небольшого расстояния. Развивать умение ориентироваться на площадке, быстроту мышления.	Развлечение: “День здоровья”	2
	2. Упражнения:			2

	<p>“Мяч вокруг обруча”;</p> <p>« Съедобное – несъедобное».</p>			
Февраль	<p>1.Прокатывание мяча между предметами.</p> <p>Упражнение: “Успей поймать”, “Догони мяч”.</p> <p>2. Метание мяча в горизонтальную цель.</p> <p>Упражнение: “Мяч в кругу”, “Мяч на дорожке”</p>	<p>Учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитываться уверенностью в своих целях.</p> <p>Совершенствовать навык отталкивания мяча.</p> <p>Продолжать катать мяч в прямом направлении.</p>		<p>2</p> <p>2</p>
Март	<p>1. Игровые упражнения: «Игра в мяч»; «Салют».</p> <p>2.Метание мяча вдаль.</p> <p>Упражнение: “Бег за мячом”, “Передай по кругу”.</p>	<p>Развивать зрительно – моторную координацию.</p> <p>Упражнять метание вдаль (энергично отталкивать мяч в заданном направлении).</p>		<p>2</p> <p>2</p>
Апрель	<p>1.Перебрасывания мяча друг другу.</p> <p>Упражнения: “Догони мяч”.</p> <p>2. Упражнения: “Подбрось и поймай”, “Сбей кегли”, “Мяч вокруг обруча”.</p>	<p>Совершать навыки передачи – ловли мяча.</p> <p>Воспитывать организованность.</p> <p>Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его.</p> <p>Развивать ловкость движения.</p>		<p>2</p> <p>2</p>

Май	1.Прокатывание мяча вокруг двумя руками. Упражнение: “Сбей кегли””.	Закреплять умение вокруг предметов. Развивать меткость.	Развлечение: Папа, мама, я.	2
	2. Упражнение: “Догони мяч”;	Развивать умение ориентироваться в пространстве.		2
Месяц	Мероприятия “Нитки и резинка”	Цель	Взаимодействие с родителями	Кол-во занятий

Сентябрь	<p>1. Обследование детей</p> <p>2. Инструктаж по технике безопасного поведения в физкультурном зале</p> <p>3. Знакомство с мячом</p>	Подготовить детей к обучающему процессу	Информирование родителей о результатах обследования	1 1 2
Октябрь	<p>1. Совершенствование броска мяча вверх и ловля его двумя руками на месте</p> <p>2. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений</p>	Научиться управлять мячом, чувствовать его	Консультация с родителями на тему «Школа мяча»	2 2
Ноябрь	<p>1. Выполнять броски и ловлю мяча в движении</p> <p>2. Отбивание мяча об пол одной рукой на месте</p>	Контролировать мяч в движении	Спортивное мероприятие «Мы с мячом очень дружим»	2 2
Декабрь	<p>1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой в движении</p> <p>2. Передача мяча друг другу различным способом</p>	Научить точности передачи мяча партнеру	День открытых дверей	2 2
Январь	<p>1. Передача мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя</p> <p>2. Перебрасывание друг другу и ловля мяча сидя и стоя спиной друг к другу</p>	Совершенствовать точность передачи мяча при игре в парах	Оформление наглядной информации для родителей.	2 2
Февраль	1. Перебрасывание мяча через сетку	Подготовить детей к игре в пионербол	Беседа об организации	2

	2. Бросок мяча через сетку в прыжке	с двумя мячами	подвижных игр для дома, улицы с мячом	2
Март	1.Бросок мяча об стенку и ловля его двумя руками 2.Подача и пас в игре	Развивать умения принимать решения в процессе игр	Веселые старты: «Играем вместе»	2 2
Апрель	1. Верхняя подача в волейболе 2. Обучение техники приема и передачи мяча	Совершенствовать технику игры	Консультация – «Одежда и здоровье детей»	2 2
Май	1. Блокирование мяча в процессе игры 2.Расстановка игроков на поле	Разработать тактику игры	Открытое занятие	2 2

Итого: 36 часов

**Перспективно – тематический план
Подготовительная группа (6-7 лет)**

<p>Цель: Продолжать учить детей владеть мячом: подбрасывать вверх и ловить, перебрасывать друг другу, метать в цель и баскетбольное кольцо.</p> <p>Развивать ловкость, глазомер, координацию движений.</p> <p>Воспитывать дружеские отношения между детьми.</p>			
Месяц:	Мероприятие:	Взаимодействие с родителями:	Кол – во занятий
Сентябрь	1.Познакомить детей с игрой в баскетбол. Историей её возникновения. Игра: “Найди свой цвет”. 2. Отбивание мяча об пол одной рукой. Упражнение: “Вышло солнце из-за	Приобретение мячей.	1

	<p>речки”</p> <p>3.Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочерёдно.</p> <p>Упражнение: ” Пингвины”</p>		2
			1
Октябрь	<p>1.Подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара в ладоши.</p> <p>Упражнение: ”Задний ход”.</p> <p>2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу, после удара об пол – подбросить вверх.</p> <p>Упражнение: “По кочкам”.</p>		2
			2
Ноябрь	<p>1. Броски мяча двумя руками от груди друг другу.</p> <p>Упражнение: “Серпантин”.</p> <p>2. Метание в цель правой и левой рукой малого мяча.</p> <p>Упражнение: “Три мяча”.</p>	Открытое занятие.	2
			2
Декабрь	<p>1.Ведение мяча с последующим забрасыванием в корзину.</p> <p>Упражнение: “Передал – садись”.</p> <p>2.Отбивание мяча об пол одной рукой.</p> <p>Упражнение: “Штандер”.</p>		2
			2
Январь	<p>1. Ведение мяча с продвижением вперёд.</p> <p>Игра: “Баскетбол”.</p> <p>2. Перебрасывание мяча двумя руками, из-за головы, стоя на коленях.</p> <p>Упражнение: “Светофор”.</p>	Беседа о здоровом образе жизни в семье.	2
			2
Февраль	<p>1. Подбрасывание мяча двумя руками, ловля после хлопка.</p> <p>Упражнение: “Лови, бросай, падать не</p>		2

	<p>давай”.</p> <p>2. Отбивание большого мяча об стену и ловля его после удара об пол.</p> <p>Упражнение: “Меткие стрелки”.</p>		2
Март	<p>1. Перебрасывания мяча друг другу снизу двумя руками, хлопок перед ловлей.</p> <p>Упражнение: “Собачка”.</p> <p>2. Перебрасывание мяча двумя руками от груди в шеренгах.</p> <p>Упражнение: “Дойди – не урони”.</p>	Оформление наглядной информации для родителей.	2
Апрель	<p>1. Ведение мяча правой и левой рукой.</p> <p>Игра: “Волейбол”.</p> <p>2. Ведение мяча и забрасывание в корзину.</p> <p>Упражнение: “Будь ловким”.</p>	<p>Спортивное развлечение: ”</p> <p>Мой весёлый,</p> <p>звонкий мяч”.</p>	2
Май	<p>1. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы, от груди с ведением мяча правой и левой рукой.</p> <p>Упражнение: ” Кто скорее?”</p> <p>2. Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля другой.</p> <p>Упражнение: “Защити мяч”.</p>	“День открытых дверей”.	2

Итого: 36 часов

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 21544219559557245818350236768380521217002357698

Владелец Камалова Светлана Николаевна

Действителен с 23.08.2024 по 23.08.2025