

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. **Целевой раздел** |  |
| * 1. Пояснительная записка | стр. 3 |
| * 1. Цель и задачи программы | стр. 4 |
| * 1. Принципы и подходы | стр.5 |
| * 1. Показатели результативности реализации программы | стр. 6 |
| 1. **Содержательный раздел** |  |
| 2.1.Описание образовательной деятельности | стр. 8 |
| 2.2.Календарно-тематическое планирование совместной образовательной деятельности | стр. 9 |
| 2.4. Учебный план совместной образовательной деятельности | стр. 18 |
| 2.5.Контрольно-измерительные материалы | стр. 19 |
| 3.**Организационный раздел** |  |
| 3.1.Этапы реализации программы | стр.20 |
| 3.2.Формы обучения | стр.21 |
| 3.3.Материально-техническое обеспечение программы | стр. 21 |
| 3.4.Список используемой литературы | стр. 23 |

**1.Целевой раздел**

**1.1. Пояснительная записка**

Программа разработана в соответствии:

* Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
* Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17.10.2013г.);
* Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 N 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.2660-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»;
* Конвенцией ООН о правах ребенка (1989);
* 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»,
* Программой «Школа мяча» Н.И. Николаевой;
* Уставом ДОО;
* Положением о рабочей программе педагогов дошкольной образовательной организации.

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, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом различного объёма развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки. Систематические игры и упражнения с мячом активно влияют на совершенствование психических процессов: силы, уравновешенности, подвижности. Совместное выполнение упражнений с мячом (в парах, 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».

**1.2.Цель и задачи программы:**

**Цель:** 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, сердечно-сосудистой, 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.

**1.3. 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 особенности, и особенностям развития),
* приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

**Значимые для реализации программы характеристики:** ловкость, быстрота, выносливость, ориентация в пространстве.

**Характеристики особенностей развития детей:** Возрастной период от 6 - 7 лет называют периодом «первого вытяжения»; за один год ребёнок может вырасти до 7 - 10 см., на протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц - 200 г, а роста - 0,5 см.

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребёнка к пяти - шести годам ещё не завершено. В этом возрасте у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают упражнения в ходьбе, беге, прыжках, метании. В возрасте 6-7 лет улучшается координация движений. Дети способны выполнять упражнения более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию взрослого или требуемой ситуацией.

В этом возрасте совершенствуются основные процессы ЦНС: возбуждение и особенно торможение, и несколько легче формируются все виды условного торможения. Интенсивно формируется сердечно - сосудистая система. Средняя частота пульса к 6-7 годам составляет 92-95 ударов в минуту. Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых от взрослого. Жизненная ёмкость лёгких невелика, поэтому он дышит чаще, в среднем 25 раз в минуту. Исследования по определению общей выносливости детей (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно – сосудистой и дыхательной систем у детей этого возраста достаточно высокие.

**1.4. Показатели результативности реализации программы:**

1. Ребёнок выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание).
2. Ребёнок умеет перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения, сидя ноги скрестно, через сетку.
3. 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.
4. 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.
5. 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.

*Волейбол*

* умеет выполнять отбивание мяча после подачи соперника через сетку,
* умеет производить подачу надувного мяча одной рукой снизу, сверху,
* выполняет простейшие правила игры.

*Футбол*

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

*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.

**2. Содержательный раздел**

**2.1.Описание образовательной деятельности**

На занятиях и вне занятий:

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

**2.2 Календарно-тематическое планирование совместной образовательной деятельности**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **П/П**  **№** | **Тема занятия** | **Задачи** | **Содержание** |
|  | Диагностика | 1. Выявить уровень  физической подготовленности  детей. | - Ведение мяча в движении - 10 раз не теряя  мяча (дети передвигаются на слегка согнутых ногах, наклоняя тело несколько  вперед, рука ведущая мяч, при этом согнута  в локте, кисть со свободно расставленными  пальцами накладывается на мяч сверху и от  себя, равномерно согласованно с передвижением).  Броски мяча в корзину 2-мя руками из-за головы (с расстояния 3м., высота 2 м.) |
|  | Диагностика | 1. Выявить уровень  физической подготовленности  детей. | - Перебрасывание мяча через сетку.  - Перебрасывание мяча друг другу.  - Отбивание мяча на месте.  - Подбрасывание мяча с хлопками в  движении.  - Броски мяча в цель на меткость.  - Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте  - Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении  - Ведение мяча ногой в движении – 10м. не  теряя мяча  - Броски мяча ногой в цель на меткость (4 из 10) |
|  | История  возникновения  мяча | 1. Углубить представление  детей о спортивных играх с  мячом.  2. Познакомить с историей  возникновения мяча.  3. Развивать ориентировку в  пространстве. | Знакомство с историей возникновения  мяча.  - Беседа «Спортивные игры с мячом».  - Д/и «Что это за мяч?»  - П/и «Горячая картошка», «Акулы» |
|  | Беседа о спортивной игре  «Волейбол» | 1. Познакомить детей со  спортивной игрой волейбол,  правилами игры.  2. Закреплять умение мягко  ловить мяч кистями рук.  3. Воспитывать целеустремленность | - Беседа о спортивной игре «Волейбол»  - Броски мяча вверх и ловля его на месте не  20 раз  - П/и «Ловишка с мячом» |
|  | Беседа о  Спортивной игре «Баскетбол» | 1. Познакомить детей со спортивной игрой баскетбол,  правилами игры.  2. Упражнять в забрасывании  мяча в корзину, мягкой ловле  кистями рук.  3. Развивать глазомер,  ловкость. | - Беседа о спортивной игре «Баскетбол»  - Забрасывание мяча в баскетбольное  кольцо  - Броски мяча вверх с хлопком  - П/и «Охотники и куропатки» |
|  | Беседа о  спортивной игре  «Футбол» | 1.Познакомить детей со  спортивной игрой футбол,  правилами игры.  2.Закреплять умение мягко  ловить мяч ногой.  3.Воспитывать  целеустремленность. | **-** Беседа о спортивной игре «Футбол»  - Забрасывание мяча в ворота.  - Броски мяча друг другу.  - П/и «Охотники и куропатки» |
|  | Броски мяча | 1.Учить бросать мяч об пол и ловить его в движении не  менее 10 раз подряд.  2.Закрепить навык  перебрасывания мяча от плеча одной рукой.  3.Закреплять навык передачи друг другу мяча с помощью  ног.  4.Развивать глазомер, координацию движений | - Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 20 раз)  - Перебрасывание мяча снизу, от плеча одной рукой (3 – 4 м.)  - Передача мяча друг другу парами, в тройках  - П/и «Лови – не лови» |
|  | Броски мяча | 1.Учить подбрасывать мяч и  ловить его на месте.  2.Закрепить броски мяча об  пол и ловли его в движении.  3.Закреплять навык ведения мяча ногой в движении.  Развивать глазомер,  координацию движений | - Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте  - Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении  - Ведение мяча ногой в движении – 10м. не теряя мяча  - Броски мяча ногой в цель на меткость (4 из 10) |
|  | Передача мяча | 1.Передача мяча двумя  руками от груди  2.Ловля мяча в парах  3.Развивать внимание и  ориентировку в пространстве | - Передача мяча в парах двумя руками от груди с шагом вперед (не менее 10 раз  подряд)  - Ловля мяча двумя руками у груди с шагом назад (не менее 10 раз подряд)  - П/и «Ловишка с мячом» |
|  | Отбивание мяча | 1.Отбивать мяч одной рукой  на месте.  2. Закреплять умение останавливать мяч ногой.  3. Упражнять в быстрой смене  движений.  4. Развивать ловкость. | - Отбивание мяча правой и левой рукой на месте  - Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза  - Остановка мяча ногой  - П/и «Пятнашки на улиточках» |
|  | Броски мяча | 1. Продолжать учить бросать мяч вверх и ловить двумя  руками не менее 15 раз подряд.  2. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п.  при прокатывании мяча.  3. Воспитывать  самостоятельность. | - Броски мяча вверх и ловля его на месте не 15 раз подряд.  - Прокатывания мяча одной рукой и двумя  руками из разных и.п. между предметами (ширина 90-40см., длина 3-4м.)  - Прокатывание мяча ногами по прямой  - П/и «Ловкий стрелок» |
|  | Броски мяча | 1. Закреплять отбивать мяч ладонями в движении  2. Закреплять ведению мяча в  ходьбе  3. Упражнять в  перебрасывании мяча ногой  друг другу в движении.  4. Развивать глазомер,ловкость, чувство ритма. | - Броски мяча о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать  - Ведение мяча продвигаясь шагом  - Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно  - П/и «Ловишка с мячом» |
|  | Отбивание мяча | 1.Учить отбивать мяч по  кругу.  2. Закреплять умение бросать  мяч и ловить его двумя руками  одновременно.  3. Закреплять умение отбивать  движущийся мяч ногой.  4.Развивать внимание,  координацию движений. | - Отбивание мяча по кругу  - Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно  - Перебрасывание мяча друг другу разными способами  - Остановка и отбивание мяча с помощью ног  - П/и «Кого назвали, тот и ловит» |
|  | Перебрасывание  мячей | 1. Учить перебрасывать и ловить два мяча  одновременно.  2.Упражнять ведению мяча по кругу.  3.Совершенствовать прыжки.  4.Совершенствовать умение передавать друг другу мяч ногой в движении.  5.Развивать ловкость. | - Перебрасывание двух мячей в парах одновременно  - Ведение мяча, продвигаясь по кругу  - Прыжки на мячах – хоппах  - Передача мяча ногой в движении  - П/и «Охотники и зверь» |
|  | Отбивание мяча | 1. Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях.  2.Упражнять в метании  набивного мяча на дальность.  3.Развивать чувство ритма. | - Отбивание мяча поочередно правой, левой рукой несколько раз подряд  - Перебрасывание двух мячей в парах одновременно  - Метание набивного мяча на дальность  - П/и «Гонка мячей по шеренгам» |
|  | Отбивание мяча | 1. Продолжать учить отбивать мяч по кругу.  2. Закреплять умение бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно.  3. Закреплять умение отбивать движущийся мяч ногой.  4. Развивать внимание,  координацию движений. | - Отбивание мяча по кругу  - Броски малого мяча об пол, ловля обеими  руками одновременно  - Перебрасывание мяча друг другу разными  способами  - Остановка и отбивание мяча с помощью ног  - П/и «Кого назвали, тот и ловит» |
|  | Перебрасывание  мячей | 1. Продолжать учить  перебрасывать и ловить два мяча одновременно.  2. Упражнять ведению мяча покругу.  3.Совершенствовать прыжки.  4.Совершенствовать умение передавать друг другу мяч ногой в движении.  5. Развивать ловкость. | - Перебрасывание двух мячей в парах одновременно  - Ведение мяча, продвигаясь по кругу  - Прыжки на мячах – хоппах  - Передача мяча ногой в движении  - П/и «Охотники и зверь» |
|  | Балансировка на фитболе | 1.Учить балансированию на  фитболе, сохраняя равновесие.  2.Продолжать учить  перебрасывать мяч через сетку.  3.Совершенствовать навыки ведения мяча. | - Балансировка на фитболе (сидя, стоя на коленях, руки в стороны; лежа на животе,  руки в стороны)  - Перебрасывание мяча через сетку  - Ведение мяча в движении  - П/и «Меткий стрелок» |
|  | Забрасывание  мяча | 1.Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину.  2.Упражнять в быстрой смене  движений.  3.Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно  передавать мяч партнеру.  4.Закреплять умение  забрасывать мяч в ворота в движении.  5.Развивать ориентировку в  пространстве. | - Забрасывание мяча в корзину с трех шагов  - Прокатывание набивного мяча из разных  и.п.  - Перебрасывание мяча через сетку одной  рукой, ловля двумя руками  - Броски мяча в ворота в движении  - П/и «Горячая картошка» |
|  | Бросание и ловля  мяча | 1.Учить соразмерять силу  броска с расстоянием.  2.Продолжать учить гасить  скорость летящего мяча,  удерживать его кистями рук.  3.Развивать глазомер. | - Бросание и ловля набивного мяча  - Забрасывание мяча в корзину с трех шагов  - Перебрасывание мяча в парах разными способами  - П/и «Пятнашки на улиточках» |
|  | Ведение мяча | 1.Учить вести мяч с поворотом.  2.Закрепить умение делать  хороший замах, энергичный  бросок.  3.Закрепить умение вести мяч  ногой, с помощью ориентиров.  4.Развивать выносливость. | - Ведение мяча с поворотом  - Бросание мяча до указанного ориентира  - Прыжки на мячах - хоппах  - Ведение мяча ногой с помощью  ориентиров  - П/и «Мяч капитану» |
|  | Ведение мяча | 1.Учить управлять мячом,  мягко отталкивая кистью.  2.Закреплять умение работать  в парах.  3.Упражнять в  непроизвольном действии  мячом  4.Развивать внимание | - Ведение мяча, продвигаясь бегом.  -Перебрасывание мяча через сетку в парах  - Подбрасывание и ловля мяча с поворотом  - П/и «Мяч - ловцу» |
|  | Перебрасывание  мяча | 1.Учить ловко принимать и  точно передавать мяч друг  другу во время ходьбы.  2.Упражнять в быстрой смене  движений.  3.Упражнять в умении  передачи мяча в движении.  4.Развивать ориентировку в  пространстве. | - Перебрасывание мяча друг другу во время  ходьбы  - Ведение мяча с поворотами  -Отбивание мяча по кругу.  - Передача мяча ногой в движении  - П/и «Мельница» |
|  | Ведение мяча | 1.Закреплять ведение мяча,  шагом и бегом, правой, левой  рукой.  2. Закреплять умение работать  в парах.  3. Упражнять в  непроизвольном действии  мячом  4. Развивать внимание. | - Ведение мяча, продвигаясь бегом.  - Перебрасывание мяча через сетку в парах  - Подбрасывание и ловля мяча с поворотом  - П/и «Мяч - ловцу» |
|  | Передача мяча | 1.Закреплять перебрасыванию  мяча из разных исходных  положений.  2.Упражнять передаче мяча в  парах во время ходьбы и бега. | -Перебрасывание из разных положений(сидя, стоя, лежа).  - Перебрасывание мячей друг другу во время ходьбы.  - Перебрасывание мячей друг другу во время бега |
|  | Ведение мяча | 1. Продолжать учить вести мяч  с поворотом.  2. Закрепить умение делать  хороший замах, энергичный  бросок.  3. Закрепить умение вести мяч  ногой, с помощью ориентиров.  4. Развивать выносливость. | - Ведение мяча с поворотом  - Бросание мяча до указанного ориентира  - Прыжки на мячах - хоппах  - Ведение мяча ногой с помощью ориентиров  - П/и «Мяч капитану» |
|  | Забрасывание мяча | 1. Закреплять навык  забрасывания мяча в корзину.  2.Упражнять в быстрой и  точной передаче мяча в парах,  во время ходьбы.  3.Упражнять в умении броска  в ворота на меткость.  4.Развивать глазомер,  ловкость. | - Забрасывание мяча в баскетбольное  кольцо (с 3 шагов)  -Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы  -Бросание мяча в вертикальную цель (с 3-  4м.)  - Бросок мяча ногой в ворота на меткость  - П/и «Попади мячом в цель» |
|  | Балансировка на фитболе | 1. Закреплять навык  устойчивого равновесия при  балансировке на фитболе.  2. Продолжать учить гасить  скорость летящего мяча,  удерживать его кистями рук.  3. Развивать внимание. | - Лежа на животе на фитболе, поворот на  спину  - Балансировка на фитболе лежа на животе  -Перебрасывание мяча через сетку двумя  руками из-за головы  - П/и «Охотники и куропатки» |
|  | Отбивание мяча | 1. Закреплять умение отбивать  мяч ладонями в нужном  направлении.  2. Упражнять в точной  передаче мяча друг другу.  3. Закреплять умение  останавливать мяч ногой в  движении.  4.Совершенствовать технику  движений. | - Отбивание мяча толчком двух ладоней в  нужном направлении  - Перебрасывание мяча друг другу в парах  во время бега  - Остановка и передача мяча в движении  - П/и « не урони мяч» |
|  | Перебрасывание  мяча (май) | 1. Развивать точность  движений при переброске мяча  через сетку.  2. Отрабатывать навык  ведения мяча змейкой.  3. Отрабатывать умение  передачи мяча ногой в движении.  4. Совершенствовать прыжки  на мячах – хоппах. | - Перебрасывание мяча через сетку,  отбивание толчком двух ладоней  - Ведение мяча змейкой, с остановкой на сигнал  - Передача мяча ногой в движении  - Прыжки на мячах – хоппах  - П/и «Гонка мячей по шеренгам» |
|  | Диагностика | 1. Выявить уровень  физической подготовленности  детей. | - Перебрасывание мяча через сетку  - Перебрасывание мяча друг другу  - Отбивание мяча на месте  - Подбрасывание мяча с хлопками в движении  - Броски мяча в ворота на меткость |
|  | Диагностика | 1. Выявить уровень  физической подготовленности  детей. | - Перебрасывание мяча через сетку  - Перебрасывание мяча друг другу  - Отбивание мяча на месте  - Подбрасывание мяча с хлопками в движении  - Броски мяча в ворота на меткость |

**2.3. Учебный план совместной образовательной деятельности**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел | Кол-во  часов | Теоретико-практический | Практичес-кий |
|  | Диагностика | 2 |  | 2 |
|  | История  возникновения  мяча | 1 | 1 |  |
|  | Беседа о спортивной игре  «Волейбол» | 1 | 1 |  |
|  | Беседа о  спортивной игре «Баскетбол» | 1 | 1 |  |
|  | Беседа о спортивной игре  «Футбол» | 1 | 1 |  |
|  | Броски мяча | 2 |  | 2 |
|  | Передача мяча | 1 |  | 1 |
|  | Отбивание мяча | 1 |  | 1 |
|  | Броски мяча | 2 |  | 2 |
|  | Отбивание мяча | 1 |  | 1 |
|  | Перебрасывание  мячей | 1 |  | 1 |
|  | Отбивание мяча | 2 |  | 2 |
|  | Перебрасывание мячей | 1 |  | 1 |
|  | Балансировка на фитболе | 1 |  | 1 |
|  | Забрасывание мяча | 1 |  | 1 |
|  | Бросание и ловля мяча | 1 |  | 1 |
|  | Ведение мяча | 2 |  | 2 |
|  | Перебрасывание мяча | 1 |  | 1 |
|  | Ведение мяча | 1 |  | 1 |
|  | Передача мяча | 1 |  | 1 |
|  | Ведение мяча | 1 |  | 1 |
|  | Забрасывание мяча | 1 |  | 1 |
|  | Балансировка на фитболе | 1 |  | 1 |
|  | Отбивание мяча | 1 |  | 1 |
|  | Перебрасывание мяча | 1 |  | 1 |
|  | Диагностика | 2 |  | 2 |
| Итого: | | 32 | 4 | 28 |

**2.4. Контрольно-измерительные материалы**

**Метод диагностики:** тестовые задания на выявление уровня владения мячом.

Критерии оценки выполнения:

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).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И. ребёнка | ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ | | | | | | | | | | Сумма баллов, уровень |
| бросание | | отбивание | | забрасывание | | Элементы спортивных игр | | | |
| Вверх и ловля одной рукой | В парах, с поворотом кругом | От стены | Одной рукой от пола, продвигаясь бегом | В баскетбольную корзину стоя на месте, из за головы | В баскетбольную корзину после ведения с фиксацией остановки | пионербол | баскетбол | волейбол | футбол |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

* Высокий уровень – от 24 до 30 баллов.
* Средний уровень – от 14 до 23 баллов.
* Низкий уровень – от 0 до 13 баллов.

**3.Организационный раздел**

**3.1. Этапы реализации программы.**

Образовательная деятельность в рамках рабочей программы «Школа мяча» рассчитана на один год: для детей 6-7 лет.

Общее количество учебных часов образовательной деятельности в год – 32.

Режим проведения - 1 раз в неделю с октября по май, в вечерние часы после полдника.

Длительность ОД –30 минут.

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 углубленногоразучивания 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.

**3.2. Формы обучения**

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

**Формы подведения итогов реализации программы**

- итоговые занятия;

- соревнования;

- игры, эстафеты;

- оформление фотостенда;

- физкультурные досуги.

**3.3. Материально – техническое обеспечение программы**

Для реализации программы «Школа мяча» в детском саду имеется спортивный зал, с нанесённой на полу разметкой. Оборудование соответствует требованиям программы.

**Спортивный инвентарь:**

1.Мячи:

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

2. Воздушные шарики (12 шт.)

3. Фитболы (7 шт.)

4. Цветные клубки (12 шт.)

5. Мелкие предметы для развития кисти руки:

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

6. Баскетбольные корзины (2 шт.)

7. Напольные корзины (4 шт.)

8. Шнур для натягивания (2шт.)

9. Волейбольная сетка (1 шт.)

10. Футбольные ворота (2 шт.)

11. Обручи (10 шт.)

12. Кубики (20 шт.)

13. Кегли (20 шт.)

14. Гимнастические скамейки (4 шт.)

15. Мишени (2 шт.)

16. Коврики (12 шт.)

17. Свисток (2 шт.)

**Технические средства обучения:**

-магнитофон;

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

-флеш-карта (презентации, видеоролики, мультфильмы).

**3.4. Список использованной литературы**

1. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М.,1983.
2. Алексанрова 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.
12. Яковлева Л.В. Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Владос,2003