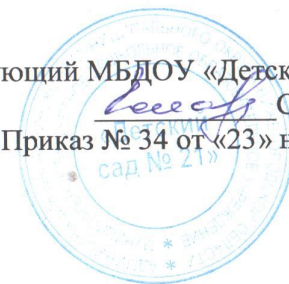


Принята на заседании
педагогического совета
от «23» ноября 2022 г.
Протокол № 2

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 21»

С.С. Комарова
Приказ № 34 от «23» ноября 2022 г.



Дополнительная общеобразовательная программа-
дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Ловкий мяч»
для детей 5-7 лет

Балахнинский муниципальный округ

2022 г.

Содержание

№ пункта	Наименование пункта	Страница
1	Паспорт Программы	3
2	Пояснительная записка	5
3	Актуальность	6
4	Возрастные особенности развития детей 5-7 лет как основание проектирования Программы	7
5	Принципы построения Программы и организации образовательной деятельности	9
6	Отличительные особенности Программы	10
7	Цель и задачи Программы	10
8	Планируемые результаты	13
9	Оценочные материалы	14
10	Организационно-педагогические условия	15
11	Учебный план	16
12	Календарный учебный график	17
13	Рабочие программы учебных разделов	18
14	Материально-технические условия реализации Программы	23
15	Литература, используемая на занятиях	25

1. Паспорт дополнительной общеразвивающей программы «Ловкий мяч»

1	Ведомственная принадлежность	Администрация Балахнинского муниципального округа
2	Наименование учреждения, адрес	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №21» 606408, Нижегородская обл., Балахнинский муниципальный округ, г. Балахна, ул. Коммунистическая 1/1
3	Автор	Маврова Елена Львовна – инструктор по физической культуре МБДОУ «Детский сад № 21»
4	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Ловкий мяч»
5	Тип программы	Дополнительное образование
6	Направленность программы	Физкультурно-спортивная
7	Возраст участников	5-7 лет
8	Срок реализации	2 года
9	Дата начала реализации	с момента получения лицензии
10	Цель программы	Создание условий для освоения элементов игры в баскетбол и футбол и развития активных двигательных способностей и психических качеств детей 5-7 лет.

11	Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать у детей мотивацию вести здоровый образ жизни; 2. Содействовать всестороннему и гармоничному развитию личности ребёнка; 3. Развивать физические качества (силу, ловкость, точность, чувство ритма, быстроту, координацию движений); 4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании; 5. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять упражнения с мячом, осуществлять самоконтроль, самооценку; 6. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений; 7. Побуждать к самостоятельным занятиям различными видами двигательной активности; создавать условия для развития психических процессов (памяти, внимания, мышления, воображения) в ходе двигательной деятельности; 8. Создавать условия для формирования целеустремлённости, желания преодолевать трудности; 9. Воспитывать эмоционально-ценностное отношение к окружающей действительности; 10. Обучить технике владения мячом с элементами баскетбола и футбола; 11. Формировать начальные представления детей о видах спорта: футболе и баскетболе. 12. Познакомить обучающихся с историей возникновения баскетбола и футбола.
12	Место реализации программы	<p>Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №21»</p> <p>606408, Нижегородская обл., Балахнинский муниципальный округ г. Балахна, ул. Коммунистическая 1/1</p>

2. Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 – ФЗ;
- Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р. «Об утверждении стратегии развития воспитания на период до 2025 года»;
- Указ Президента Российской Федерации № 240 от 29 мая 2017 года «Об объявлении в РФ Десятилетия детства»;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 20.07. 2022 г. № 629;
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р);
- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

3.Актуальность

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. Известно, что здоровье ребенка формируется под воздействием целого комплекса факторов: биологических, экологических и др. У современных детей и их родителей не сформировано ценностное отношение к своему здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний, здорового образа жизни. 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 организма. При недостатке ее 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. Сегодня мы наблюдаем, что самостоятельная двигательная деятельность детей очень бедная по содержанию: лазанье по горкам, лесенкам на детских площадках, катание на велосипеде, самокате. Ушли в прошлое дворовые детские игры, которые объединяли детей разного возраста, и, в частности, игры с мячом (кроме футбола).

По мнению крупного российского специалиста в области теории физической культуры В. К. Бальсевича, основы физического и психического здоровья закладываются в дошкольном возрасте. Ведь именно до семи лет человек проходит огромный путь развития. В этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Важным на данном этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков, касающихся здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физкультурой и спортом.

Одним из средств воспитания потребности к движениям у дошкольников являются игры с мячом, которые способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств; создают условия для воспитания дружеских взаимоотношений в коллективе, чувства взаимопомощи. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию таких физических качеств, как координация движений, ловкость, ритмичность, быстрота, выносливость, сила, совершенствуют пространственную ориентацию. Упражнения с мячами 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. А, значит, способствуют успешной готовности детей к школе.

В связи с вышеизложенным, назрела острая необходимость поиска путей физического оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной активности ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Решение этой проблемы возможно с помощью игр и упражнений с мячом с элементами спортивных игр, которые способствуют развитию физических качеств воспитанников.

4. Возрастные особенности развития детей 5-7 лет как основание проектирования Программы

Возрастной период от 5 до 7 лет называют периодом «первого вытяжения», когда за один год ребенок может вырасти на 7—10 см. Средний рост Дошкольника 5 лет составляет около 106,0—107,0 см, а масса тела 17—18 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц 200,0 г, а роста — 0,5 см.

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Окостенение опорных костей носовой перегородки начинается с 3—4 лет, но к шести годам еще не окончено. Позвоночный столб ребенка 5—7 лет чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. При излишней массе тела, а также при неблагоприятных условиях (например, при частом поднятии тяжестей) осанка ребенка нарушается: может появиться вздутый или отвислый живот, плоскостопие, у мальчиков образоваться грыжа. Поэтому во время выполнения детьми трудовых поручений воспитатель должен следить за посильностью физических нагрузок. Эластичность и гибкость детской кости могут стать причиной травм не только конечностей, но и позвоночника.

Диспропорционально формируются у дошкольников и некоторые суставы. Например, в период до 5 лет сумка локтевого сустава у ребенка растет быстро, а кольцеобразная связка, удерживающая в правильном положении головку лучевой кости, оказывается слишком свободной. Вследствие этого нередко возникает подвывих (если потянуть малыша за руку). Педагог должен обязательно предупреждать об этом родителей.

У детей 5—7 лет наблюдается и незавершенность строения стопы. В связи с этим необходимо предупреждать появление и закрепление у детей плоскостопия.

В развитии мышц выделяют несколько этапов. Один из них — это возраст 6 лет. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук.

Для ребенка 6 лет характерно развитие устойчивого равновесия. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками. В целом в старшей группе детям по-прежнему легче

удаются упражнения, где имеется большая площадь опоры. Но возможны и недлительные упражнения, требующие опоры на одну ногу.

Благодаря опыту и целенаправленным занятиям физической культурой дети шестилетнего возраста выполняют более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия: выполнять упражнения с различной амплитудой, менять темп.

Дети способны осуществлять частичный контроль выполняемых действий, на основе предварительного объяснения упражнения самостоятельно выполнять многие виды упражнений.

У детей шестилетнего возраста появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений.

Развитие центральной нервной системы характеризуется ускоренным формированием морфофизиологических признаков. Так, поверхность мозга шестилетнего ребенка составляет уже более 90% размера коры головного мозга взрослого человека. Бурно развиваются лобные доли мозга; дети старшего дошкольного возраста осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения.

В этом возрасте совершенствуются основные процессы: возбуждение, и особенно торможение, и несколько легче в данный период формируются все виды условного торможения.

Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы. К пяти годам размеры сердца у ребенка (по сравнению с периодом новорожденного) увеличиваются в 4 раза. Интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается на протяжении всего дошкольного возраста. Средняя частота пульса к шести-семи годам составляет 92—95 ударов в минуту. К семи-восемью годам развитие нервного аппарата, регулирующего сердечную деятельность, в основном заканчивается, и работа сердца становится более ритмичной.

Размеры и строение тела дошкольника отличаются от взрослого. Они значительно уже, поэтому нарушение температурного режима и влажности воздуха в помещении приводят к заболеваниям органов дыхания. Жизненная емкость легких у пяти - шестилетних детей в среднем равна 1100—1200 см³. Число дыханий в минуту в среднем —25. Максимальная вентиляция легких к 6 годам составляет примерно 42 дц³ воздуха в минуту. При выполнении гимнастических упражнений она увеличивается в 2—7 раз, а при беге — еще больше.

Исследования по определению общей выносливости у дошкольников (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей достаточно высоки. Потребность в двигательной активности у многих ребят настолько велика, что врачи и физиологи период от 5 до 7 лет называют «возрастом двигательной расточительности».

5. Принципы построения Программы и организации образовательной деятельности

Методологические принципы Программы:

1. Принцип научного подхода - подкрепление всех форм обучения научно обоснованными и практически адаптированными методиками.
2. Принцип гуманизации образования, диктующий необходимость бережного отношения к каждому воспитаннику.
3. Принцип индивидуализации и дифференциации обучения, развитие творческого потенциала всех детей и индивидуальных возможностей каждого.
4. Принцип системности и последовательности, обеспечивающий взаимосвязь и взаимообусловленность всех компонентов программы (от простого к сложному). Поэтапное, дозированное, дифференцированное усложнение задач и упражнений.
5. Принцип демократизации, предусматривающий сотрудничество ребёнка с взрослым.
6. Здоровьесберегающий принцип. Качество и время проведения занятий соответствует возрасту детей. Упражнения подобраны в соответствии с санитарно – гигиеническими нормами и правилами. Вся деятельность педагога направлена на оздоровление детей.
7. Принцип наглядности: иллюстративное (наглядное) изображение изучаемых объектов и понятий способствует формированию более четких и полных образов и представлений в сознании дошкольников.
8. Онтогенетический принцип: учет возрастных особенностей детей.

Формы обучения: специально организованные занятия, включающие в себя игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом, игры-эстафеты.

6. Отличительные особенности Программы

Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности для детей 5-7 лет «Ловкий мяч» разработана в соответствии с требованиями законодательства об образовании к дополнительным общеобразовательным программам.

Реализация программного материала состоит в её практической направленности, реализуемой через участие детей в различных формах физкультурно-оздоровительной деятельности, а также в создании современной практико-ориентированной образовательной среды, позволяющей эффективно реализовывать физкультурно-оздоровительную деятельность детей.

Содержание Программы может быть реализовано в условиях ДОО.

Содержание программы физкультурно-оздоровительной деятельности детей 5-7 лет «Ловкий мяч» отображает региональный компонент содержания образования и спроектировано на основе шести тематических учебных разделов:

1. «Бросание мяча».
2. «Перебрасывание мяча».
3. «Передача мяча».
4. «Отбивание и ведение мяча».
5. «Забрасывание мяча».
6. «Игра в баскетбол и футбол».

В каждом тематическом блоке определены задачи, содержание, формы и методы воспитательно-образовательной работы в соответствии с возрастными особенностями детей 5-7 лет.

7. Цель и задачи Программы

Цель программы: создание условий для освоения элементов игры в баскетбол и футбол и развития активных двигательных способностей и психических качеств детей 5-7 лет.

Учебные разделы	Задачи
1. «Бросание мяча».	<p>выполнять упражнения с мячом, не мешая другим;</p> <p>-согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);</p>
2. «Перебрасывание мяча».	<p><u>подбрасывать и ловить мяч:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • двумя руками способом снизу вверх; • двумя руками способом снизу вверх с хлопком впереди, за спиной; <p><u>перебрасывать мяч в парах:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - двумя руками снизу, от груди, из-за головы; - из положения стоя, сидя; - через веревку; -с продвижением; -перебрасывать мяч в тройках, четверках, по кругу.
3. «Передача мяча».	<p><u>вести мяч ногой:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -вести мяч ногой прямо, между предметами; -передавать мяча друг другу ногой; -правой, левой рукой с продвижением вперёд, змейкой; -останавливать мяч ногой; -попадать мячом в ворота.
4. «Отбивание и ведение мяча».	<p><u>отбивать мяч:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - на месте правой, левой рукой; - на месте попеременно правой и левой рукой; - со сменой направления; -с продвижением; -с продвижением и забрасыванием его в корзину; <p><u>вести мяч ногой:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -вести мяч ногой прямо, между предметами; -передавать мяча друг другу ногой;

	<ul style="list-style-type: none"> -правой, левой рукой с продвижением вперёд, змейкой; -останавливать мяч ногой; -попадать мячом в ворота.
5. «Забрасывание мяча».	<p><u>метать мяч:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -в цель в горизонтальную цель с расстояния 2 — 2,5 м двумя руками снизу; -в вертикальную цель с 3-4 м; <p><u>забрасывать мяч:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -в баскетбольный щит с места; -в баскетбольное кольцо;
6. «Игра в баскетбол и футбол».	<ul style="list-style-type: none"> - развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений; - побуждать к самостоятельным занятиям различными видами двигательной активности; создавать условия для развития психических процессов (памяти, внимания, мышления, воображения) в ходе двигательной деятельности; - создавать условия для формирования целеустремлённости, желания преодолевать трудности; - воспитывать эмоционально-ценностное отношение к окружающей действительности; - обучить технике владения мячом с элементами баскетбола и футбола; - формировать начальные представления детей о видах спорта: футболе и баскетболе. - познакомить обучающихся с историей возникновения баскетбола и футбола.

8. Планируемые результаты

В ходе изучения программы:

- улучшается здоровье детей, гармонизируется их физическое развитие;
- повышается уровень сформированности физических качеств, таких как скорость, ловкость, координация, точность движений, глазомер;
- дошкольники получают первоначальные знания в области баскетбола и мини-футбола на основе базовых элементов;
- повышается уверенность детей в своих силах и возможностях;
- формируется умение взаимодействовать в команде, дружеские отношения в коллективе.

Ожидаемые результаты освоения:

К концу 2-го года дети должны уметь: действовать по сигналу воспитателя, быстро реагировать на сигнал;

- выполнять упражнения с мячом, не мешая другим;
- согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);

подбрасывать и ловить мяч:

- двумя руками способом снизу вверх;
- двумя руками способом снизу вверх с хлопком впереди, за спиной;

перебрасывать мяч в парах:

- двумя руками снизу, от груди, из-за головы;
- из положения стоя, сидя;
- через веревку;
- с продвижением;
- перебрасывать мяч в тройках, четверках, по кругу.

вести мяч ногой:

- вести мяч ногой прямо, между предметами;
- передавать мяча друг другу ногой;
- правой, левой рукой с продвижением вперед, змейкой;
- останавливать мяч ногой;
- попадать мячом в ворота.

метать мяч:

-в цель в горизонтальную цель с расстояния 2 — 2,5 м двумя руками снизу;

-в вертикальную цель с 3-4 м;

забрасывать мяч:

-в баскетбольный щит с места;

-в баскетбольное кольцо;

отбивать мяч:

- на месте правой, левой рукой;

- на месте попеременно правой и левой рукой;

- со сменой направления;

-с продвижением;

-с продвижением и забрасыванием его в корзину.

9. Оценочные материалы

№ п/п	Фамилия и имя	Ребенок умеет подбрасывать и ловить мяч	Ребенок умеет перебрасывать мяч	Ребенок умеет вести мяч ногой	Ребенок умеет метать мяч	Ребенок умеет забрасывать мяч	Ребенок имеет начальный навык игры в футболе и баскетболе

(+) – правильное выполнение задания;

(-) – задание выполнено неверно;

(+/-) – неустойчивое выполнение задания.

Ребенок правильно выполнил задание – «+» (2 балла), ребенок неустойчиво выполнил задание – «+/-» (1 балл), ребенок выполнил задание неверно – «-» (0 баллов).

Характеристика уровней освоения Программы

Уровни оценки (обвести соответствующий результат)

<i>Уровни</i>	<i>Баллы</i>
Программа освоена недостаточно (имеется значительное количество «точек роста»)	4-20
Программа освоена частично	20-35
Программа освоена полностью	35-40

Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- оптимизации работы с группой детей;
- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка).

В конце учебного года, на основе сравнительного анализа результатов педагогической диагностики, делаются выводы об индивидуальной динамике физкультурно-оздоровительного развития каждого ребенка, осваивающего содержание программы «Ловкий мяч».

10. Организационно-педагогические условия

Программа предназначена для организации образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста - 5-7 лет.

Срок реализации Программы: 2 учебных года (1 учебный год- 36 занятий).

Количество занятий:

18 занятий - для детей 5-6 лет (1-го года обучения).

18 занятий для детей 6-7 лет (2-го года обучения).

Режим занятий: групповые занятия проводятся 1 раз в неделю, 4 занятия в месяц.

Занятие проводится в спортивном зале детского сада.

Форма организации занятий- групповые занятия проводятся в вечерние часы.
Наполняемость группы: 10-12 человек.

Методы взаимодействия с детьми:

- 1.Словесный (беседа, объяснение).
- 2.Наглядный (показ приемов игры педагогом или ребенком).
- 3.Стимулирующий (выступление перед детьми или взрослыми).
- 4.Практический (повторение и закрепление приемов).
5. Игровой (использование игрушек, иллюстраций и т.д.)

11. Учебный план

Наименование учебного раздела	Всего занятий	Форма промежуточной аттестации
«Бросание мяча».	8	Проведение педагогической диагностики
«Перебрасывание мяча».	2	Проведение педагогической диагностики
«Передача мяча».	3	Проведение педагогической диагностики
«Отбивание и ведение мяча».	15	Проведение педагогической диагностики
«Забрасывание мяча».	3	Проведение педагогической диагностики
«Игра в баскетбол и футбол».	5	Проведение педагогической диагностики
Всего 36 занятий в год.		

12.Календарный учебный график

Наименование раздела	Сент.	Окт.	Нояб.	Дек.	Янв.	Февр.	Март	Апр.	Май
«Бросание мяча».	4	4							
«Перебрасывание мяча».			1	1					
«Передача мяча».				3					
«Отбивание и ведение мяча».				4	4	4	3		
«Забрасывание мяча».							1	2	
«Игра в баскетбол и футбол».								1	4

13. Рабочие программы учебных разделов
13.1 Рабочая программа учебного раздела «Бросание мяча»

Количество занятий	Тема занятия	Задачи	Формы работы	Методы и приемы
Учебный раздел «Бросание мяча» (8 занятий)				
1	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками	Выполнять упражнения с мячом, не мешая другим; Упражнять в бросании мяча вверх и ловле его двумя руками.	Занятие	Показ, объяснение, многократное повторение
2	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз	Согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);	Занятие	Показ, объяснение, многократное повторение
3	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной рукой не менее 10 раз.	Систематизировать представления детей о видах деятельности с мячом. Упражнять детей в бросании мяча об пол и ловле его двумя руками на месте не менее 10 раз подряд.	Занятие	Показ, объяснение, многократное повторение
4	Бросание мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя	Учить детей бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками не менее 20 раз.	Занятие	Показ, объяснение, уточнение
5	Бросание мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя с усложнением	Упражнять в бросании мяча вверх, о землю и ловле его одной рукой не менее 10 раз.	Игровое занятие	Игра

6	Бросание мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя	Упражнять в бросании мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя	Занятие	Показ, объяснение, уточнение
7	Бросание мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя с усложнением	Упражнять в бросании мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя с усложнением	Занятие	Показ, объяснение, уточнение
8	Бросание мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя с усложнением	Упражнять в бросании мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя с усложнением	Занятие	Показ, объяснение, уточнение

13.2 Рабочая программа учебного раздела «Перебрасывание мяча»

Количество занятий	Тема занятия	Задачи	Формы работы	Методы и приемы
Учебный раздел «Перебрасывание мяча» (2 занятия)				
1	Перебрасывание мяча снизу, от груди, с отскоком от земли, сверху двумя руками.	Учить перебрасывать мяч снизу, от груди, с отскоком от земли, сверху двумя руками.	Занятие	Показ, объяснение, многократное повторение
2	Перебрасывание мяча из разных положений (сидя, стоя). Перебрасывание мяча через веревку.	Упражнять в перебрасывании мяча из разных положений (сидя, стоя), перебрасывании мяча через веревку	Занятие	Показ, объяснение, многократное повторение
13.3 Рабочая программа учебного раздела «Передача мяча»				
Количество занятий	Тема занятия	Задачи	Формы работы	Методы и приемы

Учебный раздел «Передача мяча» (3 занятия)				
1	Передача мяча друг другу в разных направлениях	Упражнять в передаче мяча друг другу в разных направлениях	Занятие	Игра, беседа
2	Передача мяча в шеренге после удара об пол и ловле его с отскоком от пола	Учить передавать мяч в шеренге после удара об пол и ловле его с отскоком от пола	Игровое занятие	Показ, объяснение, игра
3	Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую, стоя на месте, в движении. Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую в движении	Упражнять в передаче мяча с отскоком от пола из одной руки в другую, стоя на месте, в движении. Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую в движении	Занятие	Показ, объяснение
13.4 Рабочая программа учебного раздела «Отбивание и ведение мяча»				
Количество занятий	Тема занятия	Задачи	Формы работы	Методы и приемы
Учебный раздел «Отбивание и ведение мяча». (15 занятий)				
1	Отбивание мяча одной рукой на месте	Учить отбивать мяч одной рукой на месте	Занятие	Показ, многократное повторение упражнения
2	Ведение мяча одной рукой на расстояние 4-5 м	Упражнять в ведении мяча одной рукой на расстояние 4-5 м	Занятие	Показ, многократное повторение упражнения
3	Ведение ногой мяча прямо	Упражнять в ведении ногой мяча прямо	Занятие	Показ, многократное повторение упражнения

4	Ведение мяча ногой между предметами	Учить ведению мяча ногой между предметами	Занятие	Показ, многократное повторение упражнения
5	Отбивание мяча одной рукой на месте	Упражнять отбиванию мяча одной рукой на месте	Занятие	Показ, многократное повторение упражнения
6	Ведение мяча одной рукой на расстояние 5-7 м	Учить ведению мяча одной рукой на расстояние 5-7 м	Занятие	Показ, объяснение
7	Ведение мяча одной рукой на расстояние 5-7 м	Упражнять ведению мяча одной рукой на расстояние 5-7 м	Занятие	Показ, объяснение
8	Ведение ногой мяча прямо	Упражнять ведению ногой мяча прямо	Занятие	Показ, объяснение
9	Ведение мяча ногой между предметами	Упражнять ведению мяча ногой между предметами	Занятие	Показ, объяснение, многократное повторение
10	Ведение ногой мяча прямо с остановкой мяча ногой.	Упражнять ведению ногой мяча прямо с остановкой мяча ногой.	Занятие	Показ, объяснение, многократное повторение
11	Ведение мяча прямо на расстояние 10 м (элементы баскетбола).	Учить ведению мяча прямо на расстояние 10 м	Занятие	Показ, объяснение
12	Ведение мяча между предметами (элементы баскетбола).	Упражнять ведению мяча между предметами	Занятие	Показ, объяснение
13	Ведение мяча с дополнительными заданиями (поворотами) (элементы баскетбола).	Упражнять в ведении мяча с дополнительными заданиями (поворотами)	Занятие	Показ, уточнение
14	Ведение ногой мяча прямо (элементы футбола).	Учить ведению ногой мяча прямо	Игровое занятие	Показ, игра

15	Ведение мяча ногой между предметами (элементы футбола).	Учить ведению мяча ногой между предметами	Занятие	Показ, объяснение
13.5 Рабочая программа учебного раздела «Забрасывание мяча»				
Количество занятий	Тема занятия	Задачи	Формы работы	Методы и приемы
Учебный раздел «Забрасывание мяча» (3 занятия)				
1	Забрасывание в баскетбольное кольцо	Упражнять в забрасывании мяча в баскетбольное кольцо	Занятие	Показ, объяснение
2	Забрасывание в баскетбольное кольцо (элементы баскетбола).	Упражнять в забрасывании мяча в баскетбольное кольцо	Игровое занятие	Игра
3	Забрасывание в баскетбольное кольцо (элементы баскетбола).	Закреплять навык умения забрасывать мяч в баскетбольное кольцо	Игровое занятие	Игра
13.6 Рабочая программа учебного раздела «Игра в баскетбол и футбол»				
Количество занятий	Тема занятия	Задачи	Формы работы	Методы и приемы
Учебный раздел «Игра в баскетбол и футбол» (5 занятий)				
1	Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую, стоя на месте (элементы баскетбола). Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую в движении (элементы баскетбола). Отбивание мяча одной рукой на месте не менее 15-20 раз подряд (элементы	Учить в передаче мяча с отскоком от пола из одной руки в другую, стоя на месте, передаче мяча с отскоком от пола из одной руки в другую в движении, отбиванию мяча одной рукой на месте не менее 15-20 раз подряд.	Занятие	Показ, уточнение, помощь

	баскетбола).			
2	Бросание мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя.	Упражнять в бросании мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя.	Занятие	Показ, уточнение помощь
3	«Школа мяча» у стенки.	Закрепление навыка владения мячом	Игровое занятие	Игра
4	«Школа мяча», стоя на месте.	Закрепление навыка владения мячом.	Игровое занятие	Игра
5	Упрощенная игра в футбол между двумя командами по 4 человека	Учить упрощенной игре в футбол между двумя командами по 4 человека.	Игровое занятие	Игра

14. Материально-технические условия реализации Программы

№	Наименование оборудования	Кол-во
1	Помещение физкультурного зала	1
2	Набор мягких модулей	1
3	Набор разноцветных кеглей с мячом	2
4	Шарик с шипами диаметром 6 см	15
5	Мяч резиновый диаметром 20 см	30
6	Мяч резиновый диаметром 15 см	28
7	Мяч облегчённый диаметром 15 см	12
8	Футбольный мяч	12
9	Набивной мяч весом 0,5кг	1
10	Набивной мяч весом 1кг	4

11	Мяч-прыгун (с ушками)	6
12	Массажная дорожка	2
13	Маленькая корзина	4
14	Большая корзина	4
15	Бубен деревянный	2
16	Баскетбольная корзина с упором	2
17	Конус малый	13
18	Детский игровой набор «Веселые старты»	3
19	Коврик для релаксации детский	12
20	Корзинки малые (для эстафет)	3
21	Диск для метания мягкий	6
22	Мяч баскетбольный детский диаметром 25 см	3
23	Сумка для хранения	2
24	Мяч баскетбольный диаметром 20 см	3
25	Мяч детский облегчённый	10
26	Куб цветной зелёный деревянный 20x20x20 см	5
27	Бубен пластмассовый	2
28	Качок (в комплекте с иглой)	1
29	Ворота футбольные	2

15. Литература

1. Гришин В. Г. «Игры с мячом и ракеткой». - М.: Педагогика, 1975
2. «Играйте на здоровье!» Л.Н.Волошиной М.: Москва «Аркти».
3. Моисеева Е.В., Леукина А. П., Первойкин М.С., Чеменёва А. А. Парциальная программа «Быстрый мяч»: Мини-футбол для дошкольников 5-7 лет / Под общ. Ред. А. А. Чеменёвой. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022.
4. Потапчук А.А., Т.С. Овчинникова «Двигательный игротренинг для дошкольников». -Издательство ТЦ «Сфера» 2009.- 176с.
5. Сайкина Е.Г., Кузьмина С.В. Программа по фитбол – аэробике для детей дошкольного и младшего школьного возраста «Танцы на мячах». СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И.Герцена, 2008.- 24с.
6. Э.Й. Адашкявичине Спортивные игры и упражнения в детском саду. - М., Просвещение, 1983г
7. Шишкина В.А. «Движение + движения: Кн. для воспитателя дет. сада.» – М.: Просвещение, 1992. – 96 с.