

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное  
учреждение Детский сад №2 «Колокольчик»  
Туринского городского округа**

ПРИНЯТА

на заседании педагогического совета

протокол от 31 августа 2022 г.

№5

УТВЕРЖДЕНА

приказом заведующей

Детского сада №2 «Колокольчик»

Л.В. Марушенко

от 01.09.2022 г. № 92-п

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа физкультурно-спортивной направленности  
«ВЕСЁЛЫЙ МЯЧ»**

Срок реализации: 1 год

Возраст обучающихся: 5 -7 лет

**Составитель:** Корецкая Л.И.  
инструктор по  
физической культуре  
высшая кв. категория

Туринск, 2022

## Содержание

### **Раздел 1. Основные характеристики программы**

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы .....	6
1.3. Содержание программы.....	7
1.4. Планируемые результаты .....	9

### **Раздел 2. Организационно – педагогические условия**

2.1. Календарный учебный график.....	11
2.2. Условия реализации программы.....	14
2.3. Формы аттестации.....	14
2.4. Методические материалы.....	17
2.5. Список литературы.....	19

## **Раздел 1. Основные характеристики программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

На современном этапе развития общества выявлена тенденция ухудшения состояния здоровья детей. Известно, что здоровье ребенка формируется под воздействием целого комплекса факторов: биологических, экологических и др. 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. Приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, развивает ловкость, чёткость и быстроту реакции, повышает активность, воспитывает чувство коллективизма. Оптимальный объем развития двигательных качеств — одно из условий сохранения и укрепления здоровья детей 6-7 лет. Уровень физической подготовленности принято определять в основном по степени развития мышечной силы, быстроты и выносливости. Однако различных сторон двигательных качеств деятельности дошкольников гораздо больше и их в равной мере следует принимать во внимание.

Чтобы удовлетворить потребность детей в двигательной активности в детском саду необходимо проводить дополнительные услуги по физическому развитию.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, 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 выработки хорошей осанки. Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми. Из вышеизложенного, назрела острая необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной активности ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребности.

Настоящая программа составлена в соответствии с требованиями основных нормативных документов:

- Федерального закона РФ от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказа Минобрнауки РФ от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Конвенции о правах ребенка;
- Постановления от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Методических рекомендаций Министерства образования по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ;
- Устава МАДОУ Детский сад № 2 «Колокольчик» Туринского городского округа.

Программа составлена на основе пособий Громовой О.Е. Спортивные игры для детей. М., ТЦ Сфера, 2006.

Кружок физкультурно-спортивной направленности «Весёлый мяч» для детей дошкольного возраста 6 – 7 лет хорошо вписывается в учебную работу любой современной программы по воспитанию дошкольников, так как содержание деятельности соответствует современным подходам к воспитанию детей дошкольного возраста и направлено на овладение мячом на высоком уровне, что способствует формированию у ребенка целостного восприятия пространства и времени, гармонизации психического развития детей.

#### ***Направленность программы:***

Тематическая направленность и организационная вариативность программы кружка создают условия для укрепления и сохранения здоровья воспитанников, способствуют формированию устойчивого интереса к физической культуре и спорту, поддерживают положительное эмоциональное отношение детей к спортивным играм, а, значит, помогают достигнуть лучшей результативности в обучении и воспитании.

#### ***Новизна и актуальность:***

Программа гуманистически ориентирована, так как предлагаемая система разработана с учетом особенностей психомоторного развития старших дошкольников, реального уровня их физической подготовленности. Игры и эстафеты, спортивные игры с мячом дают возможность каждому ребенку познакомиться с элементами спорта, почувствовать важность участия в совместных действиях, помощи друг другу для достижения результата и успеха, т.е. приобщают детей к универсальным ценностям человеческой жизни, доброте, коллективизму, взаимопомощи.

Структура занятий позволяет удовлетворить высокую двигательную потребность детей, направлена на всестороннее развитие личности ребенка.

Программа обеспечивает достижения воспитанниками готовности к школе, а именно необходимый и достаточный уровень развития ребёнка

для успешного освоения им в дальнейшем основной общеобразовательной программы начального общего образования по предмету «Физическая культура».

### ***Возрастная характеристика, контингента детей 5-7 лет.***

В этом возрасте продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные).

К 6 годам совершенствуется развитие мелкой моторики пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком.

В старшем возрасте продолжают совершенствоваться **культурно-гигиенические навыки**: умеет одеться в соответствии с условиями погоды, выполняет основные правила личной гигиены, соблюдает правила приема пищи, проявляет навыки самостоятельности. Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

К 6- 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений).

Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

### ***Объём и срок освоения программы***

Программа реализуется в течение одного календарного года. При организации и проведении кружковой деятельности строго соблюдаются

установленные санитарно-гигиенические требования и правила безопасности.

Занятия проводятся 1 раз в неделю длительностью 30 минут после дневного сна. Объем недельной нагрузки - 1 занятие (30 минут); в месяц – 4 занятия (2 часа); количество занятий в учебном году – 35 (17,5 часа). 1 - 2 неделя сентября, 3 - 4 неделя мая - диагностика.

Форма обучения: специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** Овладение детьми действиями с мячом на более высоком уровне, умение играть в спортивные игры с мячом по упрощённым правилам.

### **Образовательные задачи:**

- 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 задачи:**

- 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.

### **Оздоровительные задачи:**

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

### **Воспитательные задачи:**

- 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. Содержание программы

#### Учебный план

№	Название раздела программы	Количество часов			Форма аттестации
		всего	теория	практика	
<b>1.</b>	<b>Баскетбол</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	
1.1.	Сентябрь	2	0,5	1,5	
1.2.	Октябрь	2	0,5	1,5	
1.3.	Ноябрь	2	-	2	
1.4.	Декабрь	2	-	2	Игра «Мини-баскетбол»
<b>2.</b>	<b>Волейбол, пионербол</b>	<b>5,5</b>	<b>1</b>	<b>4,5</b>	
2.1.	Январь	1,5	0,5	1	
2.2.	Февраль	2	0,5	1,5	
2.3.	Март	2	-	2	Игра «Пионербол»
<b>3.</b>	<b>Футбол</b>	<b>4</b>	<b>0,5</b>	<b>3,5</b>	
3.1.	Апрель	2	0,5	1,5	
3.2.	Май	2	-	2	Отчетное итоговое занятие
<b>Итого</b>		<b>17,5</b>	<b>2,5</b>	<b>15</b>	

#### *Содержание образовательной деятельности*

##### **Раздел 1. Баскетбол**

**Теория.** Влияние физических упражнений на организм человека. Гигиенические требования к занимающимся. Физическая культура и спорт в России. История возникновения мяча.

Понятие о баскетболе, мини-баскетболе. Что является подвижными, спортивными играми. Понятие об игре в большой баскетбол и мини-баскетбол. Достижения по баскетболу. Правила игры по мини-баскетболу. Правила поведения во время игры.

Техника безопасности на занятии. Охрана здоровья и меры безопасности на занятиях.

**Практика.** Отбивание мяча на месте правой и левой рукой; ведение мяча шагом правой и левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками произвольным способом; ведение мяча, остановка шагом и передача мяча; ведение мяча вокруг себя; ведение мяча с изменением скорости и направления передвижения; метание мяча в обруч, расположенный на полу, с расстояния 2-2,5 метра, снизу, сверху и из-за головы; удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит; бросок мяча в корзину, удобным для детей способом; бросок мяча в корзину после ведения с фиксацией остановки.

Подвижные игры с элементами баскетбола: «Играй, играй мяч не теряй».  
Игры с передачей и ловлей мяча «Десять передач», «Мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Поймай мяч», «Подвижная цель», «Успей поймать» (в круге).

Игры с ведением мяча: «Ведение мяча парами», «Эстафета с мячом».

Игры с бросками мяча в корзину: «Пять бросков», «Бросание мяча в парах», «Метко в корзину», «Чья команда больше», «Мяч капитану».

## **Раздел 2. Волейбол, пионербол.**

**Теория.** История волейбола. Здоровый образ жизни: режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание. Вредные привычки. Правила соблюдения техники безопасности на занятиях спортивными играми, на спортивных соревнованиях.

**Практика.** Отбивание мяча пальцами или ладонями о стену на расстоянии 1м от неё; то же упражнение, но с продвижением вдоль стены приставным шагом вправо-влево; отбивание мяча о пол ладонями рук стоя на месте; то же упражнение, но с продвижением вперед; отработка техники прямой подачи мяча: удар правой (левой - для леворуких детей) рукой – основанием ладони или сжатым кулаком; передача мяча в парах, на месте и в движении вперед приставным шагом; передача мяча друг другу верхней подачей (расстояние 2 м); перебрасывание мяча друг другу через сетку.

Подвижные игры с элементами пионербола: «Гонка мячей по кругу», «10 передач», «Кого назвали, тот и ловит», «Мяч через сетку», «Горячий мяч», «Попробуй, отними».

## **Раздел 3. Футбол.**

**Теория.** История футбола, имена выдающихся отечественных футболистов; терминология футбола. Ознакомление детей с определенным видом игры и основами ее техники; знакомство с правилами игры упрощенный вариант игры в футбол (на площадках меньших размеров и с меньшим числом игроков в командах). Правила поведения во время игры.

**Практика.** Передача мяча друг другу с отбиванием его правой или левой ногой в положении стоя на месте; подошвой правой, левой ноги катание мяча вперед, назад, в стороны, кругом; прокатывание мяча ударом ноги под планкой, установленной на высоте 40-50 см; ведение мяча бегом в прямом направлении; ведение мяча змейкой; подбрасывание мяча ногой; попадание мяча в предметы, забивание в ворота. Освоение игры по упрощенным правилам.



Подвижные игры с элементами футбола: «Покати-догони», «Подвижная цель», «Гонка мячей», «Задержи мяч», «Забей в ворота», «У кого больше мячей».

#### **1.4. Планируемые результаты**

Воспитанник выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание);

- умеет перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м) через сетку;
- может бросать мяч вверх, о пол, ловить его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, с поворотами;
- легко отбивает мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении, перебрасывает набивные мячи;
- владеет метанием на дальность (6-12 м) левой и правой рукой, в вертикальную и горизонтальную цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), в движущуюся цель.

Воспитанник 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;
- играет в мини-баскетбол.

*Волейбол:*

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

*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.

*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;
- играет по упрощённым правилам.



## Раздел 2. Организационно – педагогические условия

### 2.1. Календарный учебный график

Раздел программы	Месяц	Число	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Баскетбол	Сентябрь		15:00	Игры и игровые упражнения	0,5	Диагностика	Спортивный зал	Тестирование
			15:00	Игры и игровые упражнения	0,5	Диагностика	Спортивный зал	Тестирование
			15:00	Просмотр мультфильма	0,5	«Какие бывают мячи?»	Спортивный зал	
			15:00	Беседа	0,5	Знакомство с историей баскетбола	Спортивный зал	
	Октябрь		15:00	Традиционное занятие	0,5	Что можно и чего нельзя в баскетболе. Правила игры. ТБ	Спортивный зал	
			15:00	Традиционное занятие	0,5	Поле и его линии	Спортивный зал	
			15:00	Тренировка	0,5	Отбивание мяча на месте правой и левой рукой	Спортивный зал	
			15:00	Эстафета	0,5	Освоение ловли и передачи мяча	Спортивный зал	Эстафета
	Ноябрь		15:00	Подвижная игра	0,5	Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча	Спортивный зал	
			15:00	Мини-соревнования	0,5	Ведение мяча с изменением скорости и направления передвижения;	Спортивный зал	
			15:00	Игровое упражнение	0,5	Метание мяча в обруч, расположенный на полу, с расстояния 2-2,5 метра, снизу,	Спортивный зал	

	Декабрь					сверху и из-за головы;			
			15:00	Подвижная игра	0,5	Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит	Спортивный зал		
			15:00	Мини-соревнования	0,5	Бросок мяча в корзину, удобным для детей способом;	Спортивный зал		
			15:00	Мини-соревнования	0,5	Бросок мяча в корзину после ведения с фиксацией остановки	Спортивный зал		
			15:00	Игра	0,5	Игра в мини - баскетбол по упрощенным правилам	Спортивный зал		
	Январь		15:00	Игра	0,5	Игра в мини - баскетбол по упрощенным правилам	Спортивный зал	Мини-игра «Баскет-бол»	
			15:00	Беседа	0,5	История волейбола. ЗОЖ. Вредные привычки	Спортивный зал		
			15:00	Тренировка	0,5	Освоение техники подачи, приема и передачи мяча	Спортивный зал		
			15:00	Подвижная игра	0,5	Перебрасывание мяча друг другу через сетку	Спортивный зал	Игра «Мяч через сетку»	
			15:00	Игра	0,5	Метание набивного мяча на дальность	Спортивный зал		
	Февраль		15:00	Тренировка	0,5	Упражнения с мячами разных диаметров	Спортивный зал		
			15:00	Традиционное занятие	0,5	Расстановка игроков на поле, определяя зоны. Переходы в игре	Спортивный зал		
			15:00	Соревнование	0,5	Игра по упрощенным правилам	Спортивный зал		
		Март		15:00	Подвижная игра	0,5	Бросок мяча через сетку в прыжке	Спортивный зал	
				15:00	Игра	0,5	Игра по упрощенным правилам	Спортивный зал	
	15:00		Игра	0,5	Игра по упрощенным правилам	Спортивный зал			

			15:00	Игра	0,5	Игра по упрощённым правилам	Спортивный зал	Мини-игра «Пионербол»
Футбол	Апрель		15:00	Беседа	0,5	Техника безопасности. История возникновения игры. Правила игры.	Спортивная площадка	
			15:00	Традиционное занятие	0,5	Техника передвижения. Удары по мячу.	Спортивная площадка	
			15:00	Игра	0,5	Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения.	Спортивная площадка	
			15:00	Традиционное занятие	0,5	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	Спортивная площадка	
	Май		15:00	Традиционное занятие	0,5	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	Спортивная площадка	
			15:00	Традиционное занятие	0,5	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	Спортивная площадка	
			15:00	Игры и игровые упражнения	0,5	Диагностика	Спортивный зал	Тестирование
			15:00	Игры и игровые упражнения	0,5	Диагностика	Спортивная площадка	Тестирование

## 2.2. Условия реализации программы

### Наличие специальных помещений:

- спортивный зал
- спортивная площадка на улице

### Наличие технического оборудования:

- мультимедийная установка
- Ноутбук ASUS - X502 C
- Музыкальный центр

### Наличие спортивного оборудования:

Мячи: баскетбольные - 17 шт., волейбольные – 2 шт. футбольные - 5 шт., фитболы - 4 шт., надувной – 1 шт., набивные – 15 шт., резиновые большого размера – 15 шт., резиновые среднего размера – 15 шт., резиновые малого размера – 15 шт., сетка волейбольная – 1 шт., баскетбольное кольцо – 2 шт.

### Наличие наглядно-дидактических пособий:

- Альбом для рассматривания «Виды спорта»
- Дидактические карточки: «Спортивный инвентарь»; «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Спорт»;
- Развивающая игра «Олимпийское лото».

### Наличие методических разработок:

- Волошина Л.Н., Курилова Т.В. «Игры с элементами спорта» М., 2004
- Филиппова С.О., Волошикова Т.В. «Олимпийское образование дошкольников» Санкт-Петербург «Детство-пресс», 2007
- Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье». Творческий центр «Сфера» М., 2008

## 2.3. Формы аттестации

Для определения результативности освоения программы используются диагностические тесты в виде контрольных двигательных заданий, предлагаемых детям в игровой или соревновательной форме. Диагностика направлена на изучение ребенка дошкольного возраста для познания его индивидуальности и оценки его развития как субъекта познания, общения и деятельности. Результаты входящей диагностики учитываются при составлении планов занятий, индивидуальной работы с детьми. Повторное исследование проводится в конце учебного года, чтобы проследить динамику овладения воспитанниками действий с мячом. Оцениваются результаты деятельности детей в сравнении с достижениями по отношению к самому себе.

Результаты тестирования заносятся в диагностическую карту.

## Диагностический инструментарий:

Раздел программы	Тестовые задания	Критерии
Элементы игры «Баскетбол»	Ведение мяча шагом, бегом с изменением скорости и направления движения	Свободно и легко передвигается, умело управляет мячом
	Отбивание мяча на месте правой, левой рукой, попеременно	Не менее 10 раз одной рукой, 1-2 раза потерял мяч
	Бросок мяча в корзину, удобным для детей способом	Из 5 бросков 4 попадания
Элементы игры «Волейбол»	Подача надувного мяча одной рукой снизу, сверху	По 3 подачи, 1-2 раза потерял мяч
	Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м) через сетку	Не задерживает мяч, перебрасывает через сетку, 1-2 раза потерял мяч
	Метание мяча на дальность (6-12 м) левой и правой рукой	Владеет техникой выполнения метания
Элементы игры «Пионербол»	Бросание мяча вверх, о пол, ловля его двумя руками	Не менее 20 раз
	Бросание мяча вверх, о пол, ловля его одной рукой	Не менее 10 раз
	Бросание мяча вверх, о пол, ловля его двумя руками с хлопками, с поворотами	Ловит и бросает мяч, удерживает кистями рук, не менее 15 раз, 1-2 раза потерял мяч
Элементы игры «Футбол»	Ведение мяча бегом в прямом направлении; ведение мяча «змейкой»	Быстро передвигается, умело управляет мячом
	Передача мяча друг другу с отбиванием его правой или левой ногой в положении стоя на месте	Точно направляет мяч
	Забивание мяча в ворота	Из 5 бросков 4 попадания

## Диагностическая карта освоения содержания программы кружка «Весёлый мяч»

№ п/п	Фамилия имя ребёнка	Ведение мяча шагом, бегом с изменением скорости и направления движения		Отбивание мяча на месте правой, левой рукой, попеременно		Бросок мяча в корзину, удобным для детей способом		Подача надувного мяча одной рукой снизу, сверху		Перебрасывание мяча другу снизу, из-за головы (расст. 3-4 м) через сетку		Метание мяча на дальность (6-12 м) левой и правой рукой		Бросание мяча вверх, о пол, ловля его двумя руками		Бросание мяча вверх, о пол, ловля его одной рукой		Бросание мяча вверх, о пол, ловля его двумя руками с хлопками, с поворотами		Ведение мяча бегом в прямом направлении; ведение мяча «змейкой»		Передача мяча другу другу с отбиванием его правой или левой ногой, стоя на месте		Забивание мяча в ворота			
		н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.		

н.г. – начало года, к.г.- конец года

Критерии оценки: с - сформировано; ч - частично сформировано; н- не сформировано



## 2.4. Методические материалы

### *Особенности организации занятий*

Кружок «Весёлый мяч» формируется из воспитанников одного возраста, состав группы постоянный.

При реализации программы продумывается содержание и организация занятия, условия эмоционального благополучия и развития каждого ребенка; определяются единые для всех детей правила сосуществования детского общества, включающие равенство прав, взаимную доброжелательность и внимание друг к другу, готовность прийти на помощь, поддержать; соблюдаются гуманистические принципы педагогического сопровождения развития детей, в числе которых забота, теплое отношение, интерес к каждому ребенку, поддержка и установка на успех, развитие детской самостоятельности, инициативы.

Навыки владения мячом на каждом занятии осваиваются и закрепляются через игровую деятельность. Объяснения для детей сопровождаются показом и выполнением взрослым необходимых действий с мячом. Любое словесное объяснение сопровождается наглядным показом взрослого и многократным повторением упражнений.

**Методы обучения:** словесный, наглядный, практический.

**Форма организации образовательного процесса:** групповая

**Формы организации занятия:**

- Традиционное занятие;
- Просмотр мультфильмов;
- Беседы о спортивных играх;
- Подвижные игры и игровые упражнения;
- Тренировки;
- Мини-соревнования по каждому пройденному разделу.

Для достижения поставленной цели используются следующие педагогические технологии:

- развивающие, направлены на раскрытие двигательных возможностей и способностей каждого ребёнка, побуждение детей к самостоятельной двигательной деятельности, связанной с их потребностями;

- игровые технологии, которые развивают умение владеть собой, быстроту реакции на слово, фонематический слух, смекалку и др.

- здоровьесберегающие технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие его физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактику плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.

- технологии социально – личностного развития и благополучия, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника.

## **Структура занятия**

Занятие состоит из трёх частей: вводной, основной и заключительной. При это все образовательные задачи решаются путём соответствующего подбора игр и игровых упражнений, рационального распределения и чередования объёма физических нагрузок.

### *1. Водная часть: 3-5 минут.*

Включает в себя:

- различные виды ходьбы, бега с движениями рук, с изменением темпа и ритма движений;
- упражнения на ориентировку в пространстве;
- упражнения на развитие координации движений, регуляции мышечного тонуса.

### *2. Основная часть: 20-24 минуты*

Включает в себя:

- общеразвивающие упражнения;
- упражнения и эстафеты с мячом;
- элементы спортивных игр;
- подвижные игры;
- спортивные игры по упрощённым правилам.

### *3. Заключительная часть: 3 - 5 минут.*

Включает в себя:

- малоподвижные игры,
- спокойная ходьба,
- самомассаж;
- дыхательная гимнастика;
- релаксация.

Занятия проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке. Используются ориентиры, ограничивающие место проведения занятия, спортивный инвентарь, звуковые сигналы.

### Список литературы:

1. Адашкявичене Э. Й. «Баскетбол для дошкольников». М.: Просвещение, 1983 – 79 с.
2. Волосовец Т.В., Егоров Б.Б., Пересади́на Ю.Е. «Физическое развитие дошкольников: теоретические основы и новые технологии». М., «Русское слово» 2015 – 112 с.
3. Горбатенко О.Ф., Кардаильская Т.А., Попова Г.П. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Волгоград, Издательство Учитель, 2008
4. Конеева Е.В. Детские подвижные игры. Ростов-на-Дону, Феникс, 2006
5. Фомина А. И. «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду». М.: Просвещение, 1974 – 192 с.
6. Интернет-сайт «Социальная сеть работников образования. - <http://nsportal.ru/>
7. Международный образовательный портал <http://www.maam.ru/>
8. <http://festival.1september.ru/>