

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка -детский сад №77 «Золотая рыбка»
города Ставрополя

«Согласовано»
заместитель заведующего по УВР
_____ Н.М. Скоморощенко

Принята на заседании педагогического
совета № 1 от 31 августа 2023 г.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ ЦРР -
д/с №77 «Золотая рыбка»
г. Ставрополя
_____ Н. Г. Труфанова
Приказ №407-ОД от 01.09.2023 г

**Дополнительная образовательная программа
физкультурно-спортивной направленности
«Школа мяча»
для детей 5-6 лет
на 2023 – 2024 учебный год**

Разработал:
Воспитатели
Иванова А.К.
Шаповалова А.А.

Ставрополь, 2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ:

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цели и задачи Программы	4
1.3. Принципы и подходы Программы	5
1.4. Возрастные психофизические особенности развития	5
1.5. Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками дополнительной образовательной программы.....	6

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности	8
2.2. Интеграция образовательных областей.....	9
2.3. Комплексно-тематическое планирование	10
2.4. Формы работы	12

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Этапы реализации программы... ..	13
3.2. Материально-техническое обеспечение.....	14
3.3. Расписание занятий	14
3.4. Методическое обеспечение программы... ..	15

Приложение

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Программа «Школа мяча» разработана в соответствии:

- Федеральным законом «№ 273 от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17.10.2013г.);
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил и норм 1.2.3685-21 СанПиН 1.2.3685-21 от 28.01.2021г. «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»».
- 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»,
- Уставом ДОО;
- Положением о рабочей программе педагогов дошкольной образовательной организации.

Данная программа написана на основе программы «Старт» Л.В. Яковлевой, Р.А. Юдиной.

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 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».

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы - овладение детьми действиями с мячом на более высоком уровне, умением играть в спортивные игры с мячом, развитие у дошкольников «чувства мяча».

Задачи программы:

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 программы

Основные принципы и подходы программы:

- 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.

1.4. Возрастные психофизические особенности детей

Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока ещё невелики. У ребёнка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества):

- сохраняет статическое равновесие (от 15 секунд), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги);
- подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);
- прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги и не теряя равновесия;
- бегает свободно, быстро и с удовольствием, пробегает со старта дистанцию 30 м; ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;
- бросает теннисный мяч или любой маленький мячик, шишку, снежок и др. удобной рукой на 5-8 м;
- хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.

У детей 5—6 лет наблюдается незавершённость строения стопы. В связи с этим я провожу профилактику плоскостопия, чтобы предупредить

появление и закрепление у детей плоскостопия, причиной которого могут стать обувь большего, чем нужно, размера, излишняя масса тела, перенесённые заболевания.

В развитии мышц выделяют несколько этапов. Один из них — это возраст 6 лет. К шести годам у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают задания в ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. С возрастом показатели сохранения устойчивого равновесия у ребёнка улучшаются. 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, например в подвижных играх: «Сделай фигуру», «Не оставайся на полу», «Совушка» и др.

Благодаря опыту и целенаправленным занятиям физической культурой (организованная деятельность, игровые упражнения, подвижные игры) упражнения по технике движений дети шестилетнего возраста выполняют более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, а это означает, что появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию воспитателя, т. е. менять темп.

При проведении общеразвивающих упражнений я учитываю, что детям данного возраста хорошо знакомы направления движений: вверх, вниз, вправо, влево и т. д. Ребята 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, что значительно по сравнению с предыдущим возрастным контингентом ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает.

Двигательная активность оказывает влияние и на формирование психофизиологического статуса ребёнка. Существует прямая зависимость между уровнем физической подготовленности и психическим развитием ребёнка, двигательная активность стимулирует перцептивные, мнемические и интеллектуальные процессы. Дети, имеющие большой объём двигательной активности в режиме дня характеризуются средним и высоким уровнем физического развития, адекватными показателями состояния ЦНС, экономичной работой сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышенной иммунной устойчивостью, низкой заболеваемостью простудными заболеваниями.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных

процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений. Однако дети все ещё быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста в моей работе является учёт их возрастных особенностей.

1.5. 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.

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.

Диагностика по определению уровня усвоения программы.

№	Критерии	Возраст детей
1.	Подбрасывать и ловить мяч двумя руками	5-7 лет
2.	Подбрасывать мяч вверх и ловить после одного или двух хлопков	5-7 лет

3.	Отбивать мяч об пол двумя или одной рукой	5-7 лет
4.	Отбивать мяч правой-левой рукой поочередно	5-7 лет
5.	Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол	5-7 лет
6.	Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока и кружения	5-7 лет
7.	Подбрасывать мяч вверх, соединять руки перед грудью кольцом и пропускать в него падающий мяч. После отскока поймать его.	5-7 лет
8.	Отбивать мяч одной рукой с продвижением вперед (мяч сбоку)	5-7 лет
9.	Отбивать мяч об пол кулаком	5-7 лет
10.	Выполнять упражнения с мячом в паре	5-7 лет

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. Интеграция образовательных областей

Организация работы в ДОУ по физическому воспитанию детей в целом соответствует современным требованиям к организации и объему двигательной активности дошкольников. Используются разнообразные организационные формы двигательной деятельности детей: физкультурные занятия, утренняя гимнастика, гимнастика после сна, физкультминутки, подвижные игры, спортивные праздники и досуги.

Для достижения высокого уровня физического развития детей, охраны и укрепления их здоровья в ДООУ созданы хорошие условия: имеется спортивная площадка, оборудованная снарядами для лазания, ямой для прыжков в длину, оборудованный спортивный зал, а также достаточным количеством крупного и мелкого раздаточного спортивного инвентаря для развития основных движений и коррекции осанки; в каждой группе созданы физкультурные уголки, обеспечивающие реализацию двигательной активности детей в течение дня.

В процессе образовательной деятельности по физическому развитию вместе с воспитателями мы обращаем внимание на одновременное решение задач других образовательных областей:

«Социально-коммуникативное развитие»: создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников; формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх при пользовании инвентарем.

«Познавательное развитие»:

активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчёт мячей и пр., специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых, построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования, просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни; участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования).

«Речевое развитие»: проговаривание действий и название упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой.

«Художественно-эстетическое развитие»: игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок; привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформление помещения; использование на занятиях физкультурой изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания, рисование мелом разметки для подвижных игр; ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение; постановка спортивных танцев; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

2.3. Перспективный план работы кружка

Месяц	Тематика занятий	Кол-во занятий	Задачи	Ходьба, бег	Упражнения	Игры
Сентябрь	1. Первичная диагностика 2. История возникновения мяча 3. Беседа о спортивных играх 4. Прокатывание мяча	3 1 2 2	- выявить уровень физической подготовленности; - познакомить с историей мяча, углубить представление детей о спортивных играх; - воспитывать целеустремлённость; - учить прокатывать мяч из разных положений; - учить быстро реагировать на сигнал	Ходьба обычная; в чередовании на носках и в полуприседе. Бег с изменением темпа (с ускорением, замедлением), с остановкой по сигналу.	Тесты (приложение 1). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений, между предметами. Прокатывание набивного мяча друг другу; то же через ворота. ОРУ с малым мячом №1.	П/и «Играй, играй мяч не теряй», «Волк во ров», «Мы весёлые ребята», «Возьми платочек» Мячи б/б, ф/б, набивные. Ворота, мишень, платочек, гантели, корзина
Октябрь	1. Прокатывание мяча 2. Подбрасывание мяча 3. Броски мяча	1 4 3	- повторить прокатывание мяча друг другу, между кеглей; - координировать движения рук с правильным дыханием; - учить правильно ловить мяч; - воспитывать выносливость, силу рук, координационные способности	Ходьба на носках, на пятках, в полуприседе. Бег в колонне по одному, с высоким подниманием коленей. Ходьба приставным шагом боком, руки в стороны. «Колобок».	Прокатывание мяча друг другу, между кеглей. Подбрасывание мяча вверх с ловлей. Подбрасывание мяча с хлопком и другими заданиями на месте, в движении. Броски мяча вверх и ловля его на месте, в движении. ОРУ со скакалкой.	П/и «Шарики столбики», «Вызов по имени», «Летучий мяч», «Мячи разные несём», «Сбей кеглю» Мячи резиновые разные, кегли, флажки, скакалки
Ноябрь	1. Броски мяча 2. Перебрасывание мяча	7 1	- учить броскам мяча об пол, стену и ловля его двумя руками; - развивать ориентировку в пространстве; - воспитывать настойчивость в достижении результата	Маршировка по кругу в чередовании по сигналу с ходьбой спиной вперёд. Бег с закидыванием голени назад, руки на поясе. Подскоки с продвижением вперёд, с хлопками в ладоши над головой; «Раки пятятся».	Броски мяча об пол и ловля его двумя руками на месте, в движении. Броски мяча об стену и ловля двумя руками; то же, но ловля мяча после отскока от пола. Перебрасывание мяча партнёру удобным способом. ОРУ с мячом №2.	П/и «Летучий мяч», «Поймай мяч», «День и ночь», «Охота на зайцев», «Мяч соседу» Мячи разных размеров

Дек абр ь	1. Перебрасывание мяча	8	- учить перебрасывать и ловить мяч из разных положений; - развивать внимание, силу, быстроту реакции; - воспитывать способность ориентироваться в пространстве	Ходьба в колонне по одному, на носках, перекатом с пятки на носок. Бег по залу в среднем темпе, боковой галоп.	Перебрасывание мяча друг другу и ловля мяча сидя и стоя, в разных построениях. Бросание мяча друг другу с хлопком; ловля с поворотом кругом; с отскоком от земли. Перебрасывание мяча через сетку. Броски мяча об пол правой и левой рукой. ОРУ с гантелями.	П/и «Мяч с топотом», «Стой», «10 передач», «Мяч капитану», «Найди своё место», «Мячи разные несём», «Передал садись» Мячи, в/сетка, гантели
Янв арь	1. Отбивание мяча	8	- учить отбивать мяч на месте и в движении; - закреплять навык перебрасывания мяча через сетку; - развивать чувство ритма - воспитывать внимание, способность ориентироваться в пространстве	Ходьба приставным шагом вправо-влево, широким шагом, с высоким подниманием колен. Бег змейкой, с поворотом по сигналу.	Отбивание мяча об пол двумя руками, стоя на месте. Отбивание мяча одной рукой на месте. Отбивание правой и левой рукой, шагом продвигаясь вперёд. Перебрасывание мяча через сетку, натянутую выше головы ребёнка. Отбивание мяча об стену с хлопком, с отскоком от пола. ОРУ комплекс №4.	П/и «Зайчики», «Стой», «За мячом», «Ловец с мячом», «Вызов по номерам», «У кого меньше мячей» Мячи, в/сетка, два флажка
Фев рал ь	1. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 2. Разноцветный быстрый мяч 3. Упражнения с мячами	6 1 1	- упражнять броскам мяча в б/кольцо; - развивать меткость и глазомер; - учить слушать команды, менять вид деятельности по сигналу; - воспитывать настойчивость в достижении результатов	Ходьба приставным шагом; выпады вперёд; по гим-кой скамейке, следкам. Бег с высоким подниманием колен, с захлёстыванием голени, с изменением направления по сигналу.	Отбивание мяча об стену с поворотом. Метание мяча в обруч, расположенный на полу, снизу, сверху и из-за головы. Удары мяча об пол и броски его в баскетбольный щит. Забрасывание мяча в корзину, стоящую на полу; то же, в баскетбольное кольцо из-за головы. Прокатывание фитбола по полу, скамье, между предметами. ОРУ с гим-коей палкой.	П/и «Меткий стрелок», «Играй, играй мяч не теряй», «Колобок», «Борьба за мяч» Мячи, б/кольца, обручи, две скамейки, набивные мячи, фитболы, гим-кие палки
Ма рт	1. Упражнения с мячами 2. Удары по мячу ногой	2 6	- учить упражнениям на удержания равновесия, на мяче; - учить ударам мяча ногой в ворота; - развивать ориентировку в пространстве; - воспитывать дружелюбное отношение к сверстникам в играх с мячом	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках, выполняя разные задания. Бег змейкой, по диагонали, с преодолением препятствий.	Комплекс упражнений № 6,7. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с места, с 2-3 шагов; то же в парах. Удары по движущемуся мячу в ворота, об стену. ОРУ комплекс №8	П/И «Мяч-ловцу», «Большой мяч», «Подвижная цель», «Футболист», «Рывок за мячом» Мячи-фитболы по кол-ву детей, мячи/ф, ворота, гим-кие палки

Апр ель	1. Передачи и остановка мяча 2. Ведение мяча	5 3	- упражнять передачам мяча ногой в парах на месте, в движении; - учить ведению мяча правой и левой ногой по прямой, между стойками; - развивать внимание, координацию движений; - воспитывать волю и терпение при выполнении упражнений	Ходьба с поворотами, в полуприседе, «гусиным шагом», по кругу. Бег с изменением темпа, с остановкой прыжком по сигналу, врассыпную.	Остановка мяча (внутренней стороной стопы, подошвой). Остановка и отбивание мяча в парах. Передачи друг другу в движении. Ведение мяча правой и левой ногой по прямой, между стойками. ОРУ с большим мячом №3.	П/и «Большой мяч», «Совушка», «Чье звено быстрее соберётся», «Меткий стрелок». Футбол по упрощённым правилам Мячи/ф, б/б, резиновые, стойки, ворота
Ма й	1. Ведение мяча 2. Подвижные игры и эстафеты с мячом 3. Диагностика	1 4 3	- развивать стремление выполнять упражнение лучше; - закрепление изученных умений и навыков с мячом; - проверить уровень развития двигательных умений и навыков с мячом	Ходьба в колонне, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, по гим-кой скамейке. Бег в колонне по одному с выполнением различных заданий по сигналу.	Ведение мяча правой и левой ногой, «змейкой». Игровые упражнения и эстафеты с мячом. ОРУ с мячом №2. Контрольные тесты.	П/и «Мячи разные несём», «Наоборот», «10передач», «Колобок», «Гонка мячей» Мячи разных размеров, стойки, кегли, ворота, б/кольца, две корзины

2.4. 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.

3. Организационный раздел

3.1. Этапы реализации программы.

Образовательная деятельность в рамках рабочей программы «Школа мяча» рассчитана на 1 год: для детей 6-7 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.

Формы подведения итогов реализации программы

- итоговые занятия;
- соревнования;
- игры, эстафеты;
- оформление фотостенда;
- физкультурные досуги.

3.2. 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).

3.3. Расписание занятий

Занятия по кружку «Школа мяча» проходят во вторник и четверг с 15.40 до 16.10.

3.4. 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.
- 12.Яковлева Л.В. Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Владос,2003