

## **ПРИНЯТА**

на заседании педагогического совета  
протокол  
от 30.08.2024 № 1

## **УТВЕРЖДЕНА**

Приказом МАДОУ  
«Детский сад № 9 «Теремок»  
от 17.02.2025 № 49-од



### **Дополнительная общеразвивающая программа Физкультурно-спортивной направленности «ШКОЛА МЯЧА»**

**Возраст детей 5-6 лет  
Срок реализации 9 месяцев**

**Г. Кувандык**

## Оглавление

<b>Разделы программы</b>	стр.
<b>1.Целевой раздел Программы.</b>	3-6
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Цель и задачи реализации Программы	4
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы	4-5
1.1.3.Значимые для разработки и реализации программы характеристики, в том числе характеристики развития детей от 5-6 лет	5
1.2. Планируемые результаты освоения Программы (промежуточная аттестация)	5-6
<b>2. Содержательный раздел Программы</b>	6-13
2.1. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы	6
2.2. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка (перспективное и тематическое планирование по возрастам)	6-12
2.3. Особенности взаимодействия педагога с семьями обучающихся	12-13
<b>3. Организационный раздел Программы</b>	14
3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы	14
3.2.Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	14
3.3.Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	14
3.4.Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	15
3.5. Учебный план	15-18
3.6. Календарный учебный график	18-19

## **I. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по курсу обучения технологии владения мячом «Школа мяча», (далее Программа) разрабатывалась в соответствии с Приказом Минобрнауки России от 29.08.2013 N 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Деятельность по реализации дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности по курсу обучения технологии владения мячом «Школа мяча» в дошкольном учреждении направлена на максимальное удовлетворение образовательных интересов обучающихся и запросов их родителей (или законных представителей) на основе дифференциации и индивидуализации обучения с помощью современных образовательных программ и технологий.

Физическое воспитание играет главную роль во всестороннем развитии современного дошкольника. Дошкольный возраст – это возраст, в котором закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств, формирования основ здорового образа жизни. В детском организме заложены большие возможности для тренировок, а это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания ДОО. Ведь освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом.

В играх и действиях с мячом дошкольники совершенствуют навыки большинства основных движений. Вместе с тем игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. В ходе игр дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, ударах по мячу ногой, ведении ногой, ударах по цели и на дальность с места и разбега, но и также в ходьбе, беге, прыжке. Все эти движения дети выполняют в постоянно изменяющейся обстановке. А это способствует формированию у детей старшего дошкольного возраста умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры.

Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации и способах проведения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка. Разнообразные спортивные упражнения позволяют всесторонне воздействовать на мышечную систему детей. Укрепляют их костный аппарат, развивают дыхательную и сердечно – сосудистую системы, регулировать обмен веществ, усиливая его функциональный эффект. Элементы спорта помогают значительно повысить функциональные возможности детского организма. 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.

Программа предназначена для детей от двух до семи лет. Это как раз, тот возраст, когда нужно прививать навыки здорового образа жизни, умение следить за собой и своим телом. Но самое главное – «весёлый мяч» помогает детям развивать двигательные навыки и приобщает их к здоровому образу жизни. Занятия проводятся в игровой форме, поскольку игра – необходимая составляющая детской жизни. На занятиях – ребенок вместе с инструктором отправляется в увлекательное путешествие в мир игры, фантазии и здоровья, учится свободно владеть мячом.

### 1.1.1 Цели и задачи реализации программы

**Цель программы** – повышение результативности физического развития дошкольников посредством освоения движений с мячом и изучения доступных элементов техники наиболее популярных спортивных игр – волейбола, баскетбола, футбола.

#### **Задачи:**

1. Приобщать детей к здоровому образу жизни и систематическим физкультурным занятиям, формировать интерес к командно-игровым видам спорта.
2. Обеспечивать оптимальный объём двигательной активности и улучшение функционального состояния организма на фоне положительных эмоций при выполнении игровых и соревновательных действий;
3. Содействовать формированию первоначальных умений выполнения движений с мячом, освоению элементов техники доступных видов спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол) и развитию двигательных способностей;
4. Формировать представления об общих правилах, культуре и способах ведения соревновательной борьбы;
5. Развивать волевую, мотивационную и эмоциональную сферы, зрительно-моторную координацию, создавать условия для нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания детей старшего дошкольного возраста.
6. Развивать глазомер, координацию, ритмичность, согласованность движений.
7. Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

### 1.1.2 Принципы и подходы к формированию программы

#### **Принципы:**

- **Индивидуализации** в методике и дозировке физических упражнений в зависимости от особенностей нарушений опорно-двигательного аппарата и общего состояния ребенка;
- **Системности** воздействия с обеспечением определенного подбора упражнений и последовательности их применения; - регулярности воздействия, которое обеспечивает развитие и восстановление функциональных возможностей организма;
- **Длительности** применение физических упражнений, поскольку восстановление нарушенных функций возможно лишь при условии длительного и упорного повторения упражнений;
- **Разнообразия и новизны** в подборе и применении физических упражнений, целесообразно через каждые 2-3 недели обновлять 20-30 % упражнений;
- **Умеренности** воздействия физических упражнений, продолжительность занятий не более 25 минут в сочетании с дробной физической нагрузкой;
- **Соблюдение цикличности** при выполнении физической нагрузки в соответствии с показаниями, чередование упражнений с отдыхом, упражнениями на расслабление;
- **Всестороннего воздействия** на организм ребенка с целью совершенствования механизмов регуляции и адаптации к физическим нагрузкам;
- **Учета возрастных особенностей** – при комплектовании групп детей с одинаковой патологией возрастной шаг должен составлять один год.

Дополнительная общеразвивающая программа основывается на следующих научно-обоснованных **подходах:**

- Центральной категорией *деятельностного подхода* является категория деятельности, предполагающая активное взаимодействие ребёнка с окружающей его действительностью, направленное на её познание и преобразование в целях удовлетворения потребностей.
- Любая ценная, с точки зрения взрослого человека, деятельность не будет иметь развивающий эффект, если она не имеет для ребёнка личностного смысла. *Личностный*

подход в широком значении предполагает отношение к каждому ребёнку как к самостоятельной ценности, принятие его таким, каков он есть.

- *Культурологический* подход ориентирует образование на формирование общей культуры ребёнка, освоение им общечеловеческих культурных ценностей.

### **1.1.3 Значимые для разработки и реализации программы характеристики, в том числе характеристики развития детей от 5-6 лет.**

В старшей группе навыки катания предметов (мячи, обручи, шары) получают дальнейшее развитие. Прежде всего, закрепляются навыки, полученные в предыдущей возрастной группе.

Умения соблюдать точное направление и соразмерять прилагаемые усилия при попадании в предметы и прокатывании мячей между предметами продолжают развиваться.

Попадание в цель становится менее случайным, т. к. дети овладевают умением целиться и соразмерять свои движения с силой и направлением броска.

### **1.2. Планируемые результаты**

Реализация дополнительной общеразвивающей программы призвана способствовать:

- позитивным изменениям, направленным на обеспечение доступности, равных возможностей в получении дополнительного образования детей, наиболее полного удовлетворения образовательных потребностей детей;
- созданию необходимых условий для развития индивидуальных способностей, двигательной активности в интересной для ребенка деятельности;
- созданию механизмов как внешней, так и внутренней системы оценки результативности;
- повышению физической выносливости;
- улучшение осанки, гибкости суставов;
- совершенствованию чувства ритма, музыкальности, двигательной культуры.

Воспитанники смогут уметь использовать приобретенные знания, умения и навыки в практической деятельности и повседневной жизни:

- проявлять умения и навыки, личностную индивидуальность при выполнении физических упражнений;
- иметь навыки самостоятельной работы.

Ребенок сможет овладеть:

- комплексами упражнений, активизирующих работу систем организма, а также расслабляющих и укрепляющих мышцы, развивающих мышечную силу, различного рода группировками, перекатами, т.д;
- комплексами упражнений, развивающих чувство ритма, совершенствующих двигательные, психомоторные способности каждого воспитанника, равновесия, ориентации в пространстве.

Освоение детьми содержания комплексов физических упражнений в совокупности поможет естественному развитию организма ребенка, функциональному совершенствованию и коррекции работы отдельных органов и систем, профилактике простудных заболеваний и плоскостопия.

С целью определения физического развития воспитанников, занимающихся по дополнительной общеразвивающей программе «Школа мяча» проводится промежуточная аттестация раз в год (май).

Для проведения аттестационного тестирования используются следующие формы:

- Мониторинг заболеваемости,
- Наблюдение,

- Анализ полученных данных,
- Беседа с родителями,
- Отслеживание дальнейшей спортивной деятельности выпускников (спортивные кружки и секции).

Формой подведения итогов реализации Программы являются ежегодное проведение «Недели открытых дверей».

Также используются тестовые задания на выявление уровня владения мячом для детей старшего и подготовительного возраста. 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 (старшая группа)

№	Ф.И. ребенка	Виды движений																Сумма баллов, уровень		
		бросание				отбивание				метание				забрасывание						
		вверх и ловля двумя руками		в парах		двумя руками, стоя на месте		одной рукой с продвижением вперед		в горизонт. цель с R 5 м		В верт. цель с R 4 м		Вдаль, не менее 6 м		В корзину, стоящую на полу				В баскетбольную корзину
с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	

Высокий уровень – от 22 до 27 баллов.

Средний уровень – от 13 до 21 балла.

Низкий уровень – от 0 до 12 баллов.

## 2. Содержательный раздел Программы

### 2.1. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы

**К формам обучения** относятся: занятия, подвижные игры, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия: дни здоровья, соревнования, физкультурные праздники.

#### **Методы обучения:**

Рассказ и показ педагога дополнительного образования, упражнения.

Общеразвивающие упражнения:

- упражнения в беге;
- прыжковые упражнения;
- упражнение для мышц рук;
- упражнение для мышц туловища;
- упражнения для мышц ног.

Игровой метод - двусторонняя игра, один против другого или в парах,

Соревновательный метод - внутригрупповые соревнования,

Поточный метод - дети выполняют упражнения друг за другом в указанном интервале,

Интервальный метод - смена выполнения упражнений по времени.

### 2.2. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка (перспективное и тематическое планирование по возрастам)

Программа «Школа мяча» для дошкольников рассчитана на 1 год обучения для каждой возрастной группы. Программа предполагает проведение занятий с обучающимися 1 раз в

неделю. Продолжительность занятий соответствует возрастной группе детей: старшая – 25 минут.

Занятия по программе «Школа мяча» включают в себя:

- аудиторные занятия (развивающая образовательная деятельность с обучающимися – занятия),
- внеаудиторные занятия (конкурсы, соревнования, открытые занятия, отчеты для родителей).

Каждое занятие имеет следующую структуру:

- 1) Вводная часть:
  - ходьба;
  - бег.
- 2) Основная часть:
  - общеразвивающие упражнения,
  - основные движения с мячом,
  - подвижная игра.
- 4) Заключительная часть:
  - игра малой подвижности,
  - релаксация,
  - дыхательная гимнастика.

#### Содержание дополнительной программы физкультурно-спортивной направленности «Школа мяча»

Месяц	№ занятия	Тема занятия	Задачи	Содержание
сентябрь	1-2	1.Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	Отбивание мяча-не менее 10 раз не теряя его (дети стоят на месте, наклоняя тело несколько вперед, рука ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть 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.) Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении Броски мяча на меткость в цель
	3-4	2.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.

октябрь	1	3. История возникновения мяча. Броски 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. Р/н/и «Свечки», «Одноручье». Беседа «Спортивные игры с мячом». Д/и «Что это за мяч?» П/и «Пятнашки с мячом»
	2	4. Броски мяча	1. Учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 10 раз подряд. 2. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. при прокатывании мяча. 3. Воспитывать самостоятельность.	Броски мяча вверх и ловля его на месте не 10 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»
	3	Подбрасывание мяча	1. Продолжить учить бросать мяч вверх с хлопками. 2. Упражнять в перебрасывании мяча. 3. Воспитывать ловкость	Подбрасывание мяча вверх с хлопками Перебрасывание мяча друг другу из разных и.п. П/и «Ловишка с мячом»
	4	Броски мяча	1. Отрабатывать броски мяча вверх в движении. 2. Развивать глазомер, координации движений. 3. Отрабатывать бросок мяча ногой в цель.	Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 10 раз подряд) Броски мяча об пол и ловля 2 раза на месте (не менее 10 раз подряд) П/и «Ловишка с мячом» Броски мяча ногой в цель (3 раза из 10)
ноябрь	1	Броски мяча	1. Учить бросать мяч об пол и ловить его двумя руками не менее 10 раз подряд. 2. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. 3. Воспитывать настойчивость. 4. Учить передавать друг другу мяч ногами.	Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении (не менее 10 раз) Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя, сидя Передача мяча друг другу в парах П/и «Мяч в воздухе»
	2	Перебрасывание мяча	1. Учить бросать и мягко ловить мяч в парах разными способами. 2. Развивать ловкость, внимание, глазомер.	Перебрасывание мяча сидя и стоя спиной друг к другу Перебрасывание мяча друг другу в разных построениях (парами, тройками) Перебрасывание мяча друг другу в разных построениях (парами, тройками) с помощью ног П/и «Мяч в воздухе»
	3	Перекатывание набивного мяча	1. Упражнять в перекатывании набивного мяча друг другу. 2. Развивать координацию движений, внимание.	Забрасывание мяча в корзину Перекатывание набивного мяча друг другу Ударить перед собой мяч, повернуться кругом, поймать мяч

				П/и «Кого назвали, тот и ловит»
	4	Перебрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить перебрасывать мяч через сетку.</li> <li>2. Совершенствовать метание набивного мяча.</li> <li>3. Воспитывать выдержку.</li> </ol>	<p>Перебрасывание мяча через сетку. Метание набивного мяча из-за головы</p> <p>П/и «Гонка мячей по шеренгам»</p>
декабрь	1	Перебрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать учить перебрасывать мяч через сетку.</li> <li>2. Развивать быстроту, ловкость, умение быть организованным.</li> </ol>	<p>Перебрасывание мяча через сетку Прокатывание в ворота набивного мяча головой</p> <p>П/и «Мяч – капитану»</p>
	2	Броски мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в быстрой смене движений.</li> <li>2. Закреплять умение работать в парах.</li> <li>3. Развивать внимание.</li> </ol>	<p>Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза</p> <p>Перебрасывание мяча через сетку в парах</p> <p>Передача мяча друг другу парами с помощью ног</p> <p>П/и «Вышибалы»</p>
	3	Отбивание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить отбивать мяч одной рукой на месте.</li> <li>2. Учить останавливать мяч ногой.</li> <li>3. Упражнять в быстрой смене движений.</li> <li>4. Развивать ловкость.</li> </ol>	<p>Отбивание мяча правой и левой рукой на месте</p> <p>Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза</p> <p>Остановка мяча ногой</p> <p>П/и «Пятнашки на улиточках»</p>
	4	Отбивание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить отбивать мяч в движении.</li> <li>2. Развивать глазомер, ловкость при броске мяча в корзину.</li> </ol>	<p>Отбивание мяча правой и левой рукой в движении (5 – 6 м.)</p> <p>Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо</p> <p>Забрасывание мяча в ворота</p> <p>П/и «Лови – не лови»</p>
январь	1	Забрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину.</li> <li>2. Закрепить умение подбрасывать и мягко ловить мяч с хлопком.</li> </ol>	<p>Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо</p> <p>Подбрасывание мяча с хлопками в движении</p> <p>Прыжки на мячах</p> <p>Забрасывание мяча в ворота</p> <p>П/и «Ловкий стрелок»</p>
	2	Перебрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами.</li> <li>2. Развивать силу броска, точность движений, глазомер.</li> </ol>	<p>Перебрасывание мяча через сетку в парах</p> <p>Перебрасывание мяча одной рукой через сетку, ловля 2 руками</p> <p>П/и «Мельница»</p>
	3-4	Перебрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях.</li> <li>2. Развивать чувство ритма, точности.</li> </ol>	<p>Перебрасывание мяча в парах с отскоком от земли</p> <p>Перебрасывание мяча из одной руки в другую</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу одной рукой, ловля двумя руками</p>

				П/и «Ловишка с мячом»
февраль	1	Забрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить забрасывать мяч в кольцо с трех шагов.</li> <li>2. Продолжать учить принимать правильное и.п. при метании в вертикальную цель.</li> <li>3. Учить забрасывать мяч в ворота.</li> <li>4. Совершенствовать прыжки на мячах-хоппах.</li> </ol>	<p>Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3-х шагов)</p> <p>Метание мяча в вертикальную цель (с 3 – 4 м.)</p> <p>Броски мяча в цель (ворота) с помощью ног</p> <p>Прыжки на мячах – хоппах</p> <p>П/и «Гонка мячей по шеренгам»</p>
	2	Броски мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить определять направление и скорость мяча.</li> <li>2. Отрабатывать навык отбивания мяча змейкой.</li> <li>3. Развивать быстроту, выносливость.</li> </ol>	<p>Бросок мяча об стену и ловля его 2 раза (с хлопком)</p> <p>Отбивание мяча одной рукой змейкой</p> <p>Броски мяча вверх, ловля мяча сидя</p> <p>П/и «Не урони мяч»</p>
	3	Перебрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить правильно, ловить и бросать мяч, регулировать силу броска.</li> <li>2. Учить передавать мяч ногами друг другу.</li> <li>3. Развивать координацию движений, глазомер, внимание.</li> </ol>	<p>Перебрасывании мяча через сетку одной рукой, ловля двумя руками (в парах)</p> <p>Перебрасывание мяча с одной руки в другую</p> <p>Передача мяча друг другу ногами</p> <p>П/и «Охотники и куропатки»</p>
	4	Отбивание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить правильно, ловить мяч, удерживать кистями рук.</li> <li>2. отрабатывать навык ведения мяча в ходе до обозначенного места.</li> <li>3. Учить останавливать мяч ногой.</li> <li>4. Развивать ловкость, мышление.</li> </ol>	<p>Отбивание мяча правой, левой рукой в движении</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу в парах из разных и.п.</p> <p>Броски мяча вверх, дотронуться носков ног, поймать мяч</p> <p>Остановка мяча ногой</p> <p>П/и «Мельница»</p>
март	1	Перебрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать учить правильно ловить мяч, удерживать кистями рук.</li> <li>2. Упражнять в произвольном действии с мячами.</li> <li>3. Развивать координацию.</li> </ol>	<p>Перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу</p> <p>Сидя бросить мяч, вскочить на ноги и поймать мяч</p> <p>Прыжки на мячах – хоппах</p> <p>П/и «Лови – не лови»</p>
	2	Знакомство с мячами - фитболами	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Познакомить с мячами - фитболами.</li> <li>2. Учить правильно сидеть на фитболах.</li> <li>3. Развивать выносливость, координацию движений.</li> </ol>	<p>Прокатывание фитбола по г/скамейке; между ориентирами</p> <p>Упражнение с фитболами сидя, лежа.</p> <p>П/и «Пятнашки на улиточках»</p>
	3	Перебрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отрабатывать умение быстро и точно передавать мяч через сетку.</li> </ol>	<p>Перебрасывание мяча через сетку 2 раза из - за головы</p> <p>Передача мяча друг другу ногой</p>

			<p><b>2.</b> Продолжать учить гасить скорость летящего мяча.</p> <p><b>3.</b> Отрабатывать умение передачи мяча друг другу.</p> <p><b>4.</b> Совершенствовать прыжки на мячах - хоппах.</p>	<p>Прыжки на мячах - хоппах</p> <p>П/и «Мяч в воздухе»</p>
	4	Упражнения с мячом - фитболом	<p><b>1.</b> Учить отбивать футбол двумя руками.</p> <p><b>2.</b> Совершенствовать навыки ведения мяча.</p> <p><b>3.</b> Продолжать учить регулировать силу отталкивания н/мяча.</p>	<p>Отбивание фудбола 2 руками в ходьбе</p> <p>Отбивание мяча правой, левой рукой в движении</p> <p>Прокатывание в ворота набивного мяча друг другу</p> <p>П/и «Салки с мячом»</p>
<b>апрель</b>	1	Упражнения с мячом - фитболом	<p><b>1.</b> Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук.</p> <p><b>2.</b> Развивать равновесие, координацию движений при балансировке на футболе.</p>	<p>Перебрасывание фудбола друг другу в парах</p> <p>Из положения лежа на (футболе) на животе переход, прокатываясь вперед (руки упор на полу)</p> <p>П/и «Вышибалы»</p>
	2	Перебрасывание мяча	<p><b>1.</b> Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру.</p> <p><b>2.</b> Отрабатывать мягкую ловлю мяча двумя руками с хлопком.</p> <p><b>3.</b> Упражнять в прыжках на мячах -хоппах.</p>	<p>Перебрасывание мяча через сетку (в парах)</p> <p>Броски мяча вверх с хлопками за спиной</p> <p>Прыжки на мячах - хоппах</p> <p>Передача мяча в парах, тройках с помощью ног</p> <p>П/и «Попади мячом в цель»</p>
	3	Отбивание мяча	<p><b>1.</b> Развивать равновесие, координацию движений при балансировке на футболе.</p> <p><b>2.</b> Отрабатывать плавные движения при ведении мяча змейкой.</p> <p><b>3.</b> Воспитывать уверенность.</p>	<p>Балансировка на футболе (сидя, стоя на коленях, руки в стороны; лежа на животе, руки в стороны)</p> <p>Отбивание мяча змейкой</p> <p>П/и «Догони мяч»</p>
	4	Школа мяча	<p><b>1.</b> Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину.</p> <p><b>2.</b> Закреплять умение занимать правильное и.п. при метании на дальность.</p>	<p>Забрасывание мяча в баскетбольную корзину (с 3 шагов)</p> <p>Метание набивного мяча на дальность</p> <p>Перебрасывание набивного мяча друг другу</p> <p>П/и «Вышибалы»</p>

май	1-2	Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	<p>Ведение мяча в движении – м. 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)</p> <p>Ведение мяча ногой в движении - 10м. не теряя мяча (согласованно с передвижением)</p> <p>Броски мяча в корзину 2-мя руками из - за головы (с расстояния 3м., высота - 2м.)</p> <p>Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте</p> <p>Броски мяча об пол и ловля двумя руками в движении</p> <p>Броски на меткость мяча в ворота (3 из 10)</p>
	3-4	Диагностика	2. Выявить уровень физической подготовленности детей.	<p>Перебрасывание мяча через сетку</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу</p> <p>Отбивание мяча на месте</p> <p>Подбрасывание мяча с хлопками в движении</p> <p>Броски мяча ногой в ворота на меткость</p>
		Итоговое	См. приложение	Развлечение «Разноцветный быстрый мяч»

### **2.3. Особенности взаимодействия педагога с семьями обучающихся**

Важнейшим условием развития детей является взаимодействие с родителями по вопросам физического развития ребёнка, непосредственного вовлечения их физкультурно-оздоровительную деятельность

**Цель взаимодействия с семьёй:** создание необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями обучающихся, обеспечивающих целостное развитие личности ребёнка.

Взаимодействие с семьёй должно быть построено на основе гуманно-личностного подхода, согласно которому признаётся право родителей на уважение, понимание.

**Задачи** взаимодействия педагога дополнительного образования по реализации дополнительной общеразвивающей программы «Школа мяча» с семьёй:

- Изучение отношения родителей к различным вопросам физического развития детей, условий организации разнообразной деятельности в семье;
- Информирование родителей об актуальных задачах обучения детей на разных возрастных этапах их развития и о возможностях педагога и семьи в решении данных задач;
- Создание условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагога и родителей с детьми, возникновению чувства единения, радости, гордости за полученные результаты;
- Привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами

мероприятиях.

- Поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребёнка и создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

### Перспективный план работы с родителями

Формы работы	Задачи	Средний дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
Организация совместных практических мероприятий с детьми и родителями – развлечения. досуги, праздники.	Доставить радость общения и единения детям и родителям; повышать интерес детей к физической культуре, в частности к играм с мячом.	Спортивное развлечение «Мой весёлый звонкий мяч»	Спортивно-развлекательное мероприятие, посвященное 23 февраля. «Летние олимпийские игры»
Открытые мероприятия для родителей по оказанию дополнительной услуги «Школа мяча»	Познакомить родителей со структурой занятия, показать разнообразные методы и приемы организации детей на занятии.	Неделя здоровья. Открытое занятие для родителей по реализации дополнительной общеразвивающей программы «Школа мяча»	Неделя здоровья. Открытое занятие для родителей по реализации дополнительной общеразвивающей программы «Школа мяча»
Консультации	Дать представление родителям о значении игр и игр-упражнений с мячом во всестороннем развитии ребенка.	«Учимся играть вместе: развивающие игры с мячом»	«Игры с мячом – польза для всего организма»
Наглядная информация	Информирование родителей о формировании умений использовать игры с мячом в оздоровлении детей, развитии социальных качеств.	«Главная игрушка в жизни ребёнка-мяч»	«Такие разные мячи»
Общее родительское собрание	Обратить внимание на вопросы оздоровления детей, укрепления их иммунной системы.	«Игры с мячом как средство физического развития и оздоровления детей дошкольного возраста»	
Домашние задания	Привлечь родителей к выполнению совместных заданий с детьми.	Оформление коллажа из фотографий «Мяч помощник нам в игре, ты бери его везде»	

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы

№ п/п	Наименование оборудования	Количество
1.	Мяч резиновый малый	25 шт.
2.	Мяч резиновый большой	25 шт.
3.	Мяч мини-баскетбольный	10 шт.
4.	Мяч мини-футбольный	10 шт.
5.	Набивной мяч	15 шт.
6.	Мяч-хопп	6 шт.
7.	Фитбол	15 шт.
8.	Баскетбольная корзина	4 шт.
9.	Футбольные ворота	1 пара
10	Конкус-ориентир	8 шт.

#### 3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

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

#### 3.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

1. Проведение спортивных праздников и развлечений: «Мой веселый звонкий мяч», «Летние олимпийские игры» и др.
2. Участие в ежегодном творческом отчете.
3. Участие в городских спортивных мероприятиях («Папа, мама, я – спортивная семья»).
4. Консультация для родителей (назначение игр и игр-упражнений с мячом во всестороннем развитии ребенка).

### **3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Развивающая среда физкультурного зала соответствует требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13, ФГОС ДО и обеспечивает возможность двигательной активности детей, а также совместной деятельности детей и взрослых.

Принципы построения предметно-развивающей среды:

1. дистанции, позиции при взаимодействии;
2. активности, самостоятельности, творчества;
3. стабильности - динамичности;
4. эмоциональности, индивидуальной комфортности и эмоционального благополучия каждого ребенка и взрослого;
5. сочетание привычных и неординарных элементов в эстетической организации среды;

Занятия проводятся в спортивном зале. В зале созданы условия для нормального психосоциального развития детей:

- спокойная и доброжелательная обстановка,
- внимание к эмоциональным потребностям детей,
- представление самостоятельности и независимости каждому ребенку,
- представление возможности каждому ребенку самому выбрать себе партнера для общения,
- созданы условия для развития и обучения.

### **3.5. Учебный план к дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Школа мяча» с 1.09.2024 по 31.05.2025**

#### **Пояснительная записка**

Учебный план является локальным нормативным документом, регламентирующим осуществление образовательного процесса в учебном году при реализации дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности по курсу обучения технологии владения мячом «Школа мяча».

Деятельность по реализации дополнительной общеразвивающей физкультурно-спортивной направленности по курсу обучения технологии владения мячом «Школа мяча» в дошкольном учреждении направлена на максимальное удовлетворение образовательных интересов воспитанников и запросов их родителей (или законных представителей) на основе дифференциации и индивидуализации обучения с помощью современных образовательных программ и технологий.

Учебный план программы разработан в соответствии с:

- **Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с изменениями 2018 года**
- **Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 N 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»**
- **Постановление Правительства РФ от 15 августа 2013г. № 706 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»**

— Приказ Министерства образования и науки России №1155 от 17.10.2013 №1155 Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования

— Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 N 26 (ред. от 27.08.2015) «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях».

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по курсу обучения технологии владения мячом «Школа мяча» рассчитана на обучение детей от 5 до 6 лет, по одному году на каждую возрастную категорию.

Программа направлена на повышение результативности физического развития дошкольников посредством освоения движений с мячом и изучения доступных элементов техники наиболее популярных спортивных игр – волейбола, баскетбола, футбола, развитие зрительно-моторной координации.

Программа разработана на основе методических пособий:

— Адашквичене Э.И. Баскетбол для дошкольников. М., 1983.

— Александрова Е.Ю. Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. Волгоград, 2007.

— Вавилова Е.Н. Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать. М., 1983.

— Гришин В.Г. Игры с мячом и ракеткой. М., 1982.

— Конеева Е.В. Детские подвижные игры. РНД., 2006.

— Николаева Н.И. «Школа мяча». М., 2008.

В программе определено количество занятий по отдельным разделам. Занятия проводятся в первой и во второй половине дня в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях.

Продолжительность занятий соответствует возрастной группе детей старшая – 25 минут

Занятия по программе «Школа мяча» включают в себя:

- аудиторные занятия (развивающая образовательная деятельность с обучающимися – занятия),

- внеаудиторные занятия (конкурсы, соревнования, открытые занятия, отчеты для родителей).

Каждое занятие имеет следующую структуру:

1) Вводная часть:

- ходьба;

- бег.

2) Основная часть:

- общеразвивающие упражнения,

- основные движения с мячом,

- подвижная игра.

3) Заключительная часть:

- игра малой подвижности,

- релаксация,

- дыхательная гимнастика.

Занятия проводятся в спортивном зале. Необходимыми условиями проведения должны быть достаточная возможность частого проветривания помещения. В наличии должны быть мячи различного размера по количеству детей.

Для проведения занятий по курсу обучения технологии владения мячом каждому ребёнку необходимо иметь спортивную форму.

Во время проведения занятий необходимо строгое соблюдение техники безопасности.

Программа реализуется с учетом перспективного планирования по разделам:

*Бросание мяча* – умение подбрасывать и ловить мяч двумя руками, а также отрабатывать эти движения в парах.

*Отбивание мяча* – умение отбивать мяч двумя руками стоя на месте и одной рукой с продвижением вперед.

*Метание мяча* – овладение умением метать мяч в горизонтальную цель, в вертикальную цель, вдаль.

*Забрасывание* – умение забрасывать мяч в корзину, стоящую на полу, в баскетбольную корзину.

*Элементы спортивных игр* – обучение технике владения мячом в спортивных играх: пионербол, баскетбол, волейбол, футбол.

Образовательная деятельность реализуется через специальные формы и методы работы:

**К формам обучения** относятся: занятия, подвижные игры, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия: дни здоровья, соревнования, физкультурные праздники.

**Методы обучения:**

Рассказ и показ педагога дополнительного образования, упражнения.

Общеразвивающие упражнения:

- упражнения в беге;
- прыжковые упражнения;
- упражнение для мышц рук;
- упражнение для мышц туловища;
- упражнения для мышц ног.

Игровой метод - двусторонняя игра, один против другого или в парах,

Соревновательный метод - внутригрупповые соревнования,

Поточный метод - дети выполняют упражнения друг за другом в указанном интервале,

Интервальный метод - смена выполнения упражнений по времени.

Занятия проводятся в течение всего учебного года с 01.09.2024 года по 31.05.2025 года 1 раз в неделю.

На основании вышеизложенного материала для каждой возрастной группы составлено расписание образовательной деятельности по развивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Школа мяча» на год.

**Объем образовательной деятельности**

Количество занятий/минут в неделю		
Название Программы	Форма аудиторных занятий	Продолжительность занятий
«Школа мяча»	Практическое занятие Игровое занятие	1 раз в неделю 25 мин

Занятия с детьми старшего дошкольного возраста осуществляются во второй половине дня после дневного сна с 16.00 до 18.00, согласно расписания.

### Расписание занятий

№	Возрастная группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1	Группа №1 5-6 лет	16.00-16.25	-	-	-	-

Дополнительная общеразвивающая программа «Школа мяча» реализуется за рамками освоения образовательной программы дошкольного образования МАДОУ «Детский сад № 9 «Теремок». Деятельность по реализации дополнительной общеразвивающей программы «Школа мяча» в старшей группе планируется с 01 сентября 2024 года по 31 мая 2025 года. Платная образовательная услуга реализуется в ДОО в течение учебного года, согласно утвержденного календарного учебного графика и составляет 36 академических часа.

Название дополнительной общеразвивающей программы	Возраст детей	Срок освоения программы	Количество занятий			Форма обучения	Продолжительность занятий	Форма организации занятий
			неделя	месяц	год			
«Школа мяча»	5-6 лет	1.09.2024-31.05.2025г.	1	4	36	очная	25 минут	Группа 10-15 человек

#### Формы проведения промежуточной аттестации

1. Домашние задания на самостоятельное выполнение.
2. Открытое занятие.

#### Периодичность проведения промежуточной аттестации

Периодичность аттестация обучающихся проводится по завершению полугодия или учебного года в формах предусмотренных конкретной дополнительной общеразвивающей программой в период с 16 по 20 декабря 2024 года и с 15 по 30 мая 2025 год

#### 3.6. Календарный учебный график к дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Школа мяча» с 1.09.2024 по 31.05.2025

Содержание	5-6 лет
	Количество возрастных групп в параллели
Начало учебного года	01.09.2024
Конец учебного года	31.05.2025
Праздничные дни	3-4 ноября 2024 года, 30 декабря 2024 года – 7 января 2025 года, 22-24 февраля 2025 года, 8-10 марта 2025 года, 1-4 мая 2025 года, 9-11 мая 2025 года, 12-15 июня 2025 года
каникулы	03.02.2025 - 07.02.2025 года
Продолжительность учебного года, всего недель в том числе	36 недель
Продолжительность занятий	25 минут

Сроки проведения промежуточной аттестации	Промежуточная аттестация обучающихся проводится по завершению полугодия или учебного года в следующих формах: 1. Домашние задания на самостоятельное выполнение. 2. Открытое занятие в период с 16 по 25 декабря 2024 года и с 15 по 30 мая 2025 года
---	---