

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Свидетельство: ЭС000007564460505E8437101105646  
Владимир, Сосновка Алла Викторовна  
Создано: 13.10.2022 до 05.01.2024

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ №1»  
ГОРОДА СОСНОВОБОРСКА

РАССМОТРЕНО  
педагогическим советом  
МАДОУ ДСКН №1  
г. Сосновоборска

Протокол № 3 от «16» 05 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ ДСКН №1  
г. Сосновоборска

А.В.Скачкова  
Приказ № 35 от «16» 05 2023 г.



**АДАптиРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ  
«Школа мяча»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень программы: стартовый

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации программы: 1 год

Составитель:  
старший воспитатель  
Лариса Владимировна Голендухина

Сосновоборск  
2023

## Раздел I. Комплекс основных характеристик программы

### 1.1. Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для детей с ОВЗ «Школа мяча» (далее - программа) разработана на основании следующих *нормативно - правовых документов*:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с изменениями от 30.09.2020 г. № 533;

- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.01.2014 г. № 2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

- Приказ Минобрнауки России N 882, Минпросвещения России N 391 от 05.08.2020 (ред. от 26.07.2022) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и

обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Программа «Школа мяча» составлена на основе программы Л.В. Яковлевой и Р.А. Юдиной «Физическое развитие и здоровье детей» и программы «Детство» РГПУ им. А.И. Герцена, а также на основе программы «Школа мяча» Н.И. Николаевой.

### **Направленность программы**

Программа «Школа мяча» относится к программам физкультурно-спортивной направленности, ориентирована на развитие физической активности ребенка в процессе ознакомления с элементами спортивных игр с мячом.

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности по обучению детей с ОВЗ овладению мячом с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

### **Новизна, актуальность**

Новизна программы заключается в разработанной системе занятий с учетом особенностей психомоторного развития дошкольников с ОВЗ, реального уровня их физической подготовленности. Игры и эстафеты, подвижные 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 с ОВЗ к универсальным ценностям человеческой жизни, доброте, коллективизму, взаимопомощи.

Они важны и для развития руки ребенка. Движения пальцев и кистей рук имеют особое значение для развития функций мозга ребенка. И чем они разнообразнее, тем больше "двигательных сигналов" поступает в мозг, тем интенсивнее происходит накопление информации, а, следовательно, и интеллектуальное развитие ребенка. Так же движения рук способствует развитию речи ребенка.

Актуальность обусловлена интересом детей с ОВЗ к игровой деятельности. 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 выработке хорошей осанки. В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для формирования нравственной, волевой и эмоциональной сфер детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку. Знакомясь с условием игры, ребенок усваивает нормы и правила коллективного взаимодействия, ему становятся понятными условия успеха командных действий.

Для удовлетворения потребности детей в двигательной активности в детском саду необходимо организовывать занятия по интересам

физкультурно-спортивной направленности. Одним из таких путей являются дополнительные занятия по физической культуре - «Школа мяча» для детей, имеющих ограниченные возможности здоровья.

### **Отличительные особенности программы**

закljučаются в том, что у детей при её освоении повышается мотивация к занятиям физической культурой и спортом, развиваются физические качества, формируются личностные и волевые качества. Методики, приемы и технологии, используемые в процессе реализации Программы, подобраны из числа адаптированных к особенностям физиологии и психологии дошкольников.

### **Адресат программы**

Программа предназначена для детей с ОВЗ (ТНР) от 5 до 7 лет.

Дети с тяжелыми нарушениями речи - это особая категория детей с отклонениями в развитии, у которых сохранен слух, первично не нарушен интеллект, но есть значительные речевые нарушения, влияющие на становление психики.

Детям с недоразвитием речи наряду с общей соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций присуще и некоторое отставание в развитии двигательной сферы. У значительной части детей двигательная недостаточность выражается в виде плохой координации сложных движений, снижении скорости и ловкости их выполнения.

### **Срок реализации программы**

Программа рассчитана на 1 год (1 учебный год равен 9 месяцам). На полное освоение одного года обучения потребуется 72 часа.

Общий срок освоения Программы-72 часа.

### **Формы обучения**

Форма обучения по программе – очная.

### **Режим занятий**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 30 минут (один академический час).

### **Форма занятий**

Групповая.

## **1.2.Цели и задачи реализации Программы**

**Цель программы:** создание специальных условий для формирования двигательной активности детей с ОВЗ старшего дошкольного возраста в процессе включения их в физическую деятельность, направленную на ознакомление и обучение спортивным играм с мячом.

### **Задачи:**

1. Познакомить детей с историей, правилами и элементами спортивных игр: баскетбол, пионербол, футбол, волейбол.
2. Способствовать улучшению физического развития и физической подготовленности детей;
3. 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.

4. Воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

5. Развивать психофизические качества и черты характера, формировать волевую, мотивационную и эмоциональную сферы детей с ОВЗ.

### 1.3. Содержание программы Учебный план

№ п /п	Раздел	Всего часов	Теория	Практика	Формы промежуточной аттестации\ контроля
1.	Вводное занятие Ознакомительное	1		1	Наблюдение
2.	Диагностика	3		3	Тестирование. Выявить уровень физической подготовленности детей.
3.	История возникновения мяча	1	1		Наблюдение, беседа
4.	Беседа о пользе спортивных игр, коллективном взаимодействии для достижения высоких результатов.	1	1		Наблюдение, беседа
5.	Беседа о спортивной игре «Волейбол»	2	1	1	Беседа о спортивной игре «Волейбол»
6.	Беседа о спортивной игре «Баскетбол»	2	1	1	Беседа о спортивной игре «Баскетбол»
7.	Беседа о спортивной игре «Футбол»	2	1	1	Беседа о спортивной игре «Футбол»
8.	Беседа о спортивной игре «Пионербол»	2	1	1	Беседа о спортивной игре «Пионербол»
Промежуточная аттестация		1		1	Турнир по отбиванию мяча на месте и в движении. -спортивные соревнования
9.	Броски мяча	10		10	Наблюдение: броски мяча двумя руками снизу вверх
10.	Отбивание мяча	8		8	Практика: отбивание мяча в парах с передачей друг другу.
11.	Перебрасывание мяча	15		15	Практика: передача мяча в парах двумя руками из-за головы.

12.	Забрасывание мяча	7		7	Практика: ведение мяча, принятие правильного положения при забрасывании в корзину.
13.	Подбрасывание мяча	1		1	Практика: сохранение устойчивого положения, положение рук
14.	Прокатывание мяча	1		1	Практика: по прямой между предметами; по наклонной гимнастической скамейке;
15.	Бросание и ловля мяча	1		1	Практика: техника бросания одной рукой от плеча в движении.
16.	Ведение мяча	5		5	Практика: ведение мяча, стоя на месте, двигаясь по прямой
17.	Передача мяча	1		1	Практика: упражнять в передаче мяча с отскоком от пола.
18.	Ловля мяча	1		1	Практика: ловля мяча, летящего на разной высоте
19.	Знакомство с мячами - фитболами	2	1	1	Наблюдение: способность сохранять правильную осанку, равновесие.
20	Упражнения с мячами - фитболами	2		2	Наблюдение: равновесие, координация, устойчивое положение на фитболе.
21.	Балансировка на фитболе	2		2	Практика: балансировка на фитболе, лежа на животе
22.	Итоговое	1		1	Развлечение: разноцветный быстрый мяч
	Итого:	72	6	66	

**Содержание учебного плана  
Тема 1 Ознакомительное (1 ч.)**

**Теория:** Вводный инструктаж по технике безопасности при владении мячом и правилам техники безопасности. Выявление уровня физической подготовленности детей.

**Практика:** 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);

- Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте;
- Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении;
- Броски мяча на меткость в цель.

## **Тема 2 Диагностическое(4 ч.)**

**Теория:**

Выявление уровня физической подготовленности детей.

**Практика:**

- Перебрасывание мяча через сетку;.
- Перебрасывание мяча друг другу;
- Отбивание мяча на месте;
- Подбрасывание мяча с хлопками в движении;
- Броски мяча в цель на меткость.

## **Тема 3 История возникновения мяча (1 ч.)**

**Теория:**

Знакомство с историей возникновения мяча. Беседа «Спортивные игры с мячом».

**Практика:** подвижные игры «Свечки», «Одноручье», «Пятнашки с мячом»

## **Тема 4 Беседа о спортивной игре «волейбол» (2 ч.)**

**Теория:**

Знакомство с игрой, правилами по предупреждению травматизма при проведении занятий по подвижным и спортивным играм.

**Практика:** Элементарные приемы игры в волейбол по упрощённым правилам.

## **Тема 5 Беседа о спортивной игре «баскетбол» (2 ч.)**

**Теория:**

Знакомство с игрой, правилами по предупреждению травматизма при проведении занятий по подвижным и спортивным играм.

**Практика:** Элементарные приемы игры в баскетбол по упрощённым правилам.

## **Тема 6 Беседа о спортивной игре «футбол» (2 ч.)**

**Теория:**

Знакомство с игрой, правилами по предупреждению травматизма при проведении занятий по подвижным и спортивным играм.

**Практика:** Элементарные приемы игры в футбол по упрощённым правилам.

## **Тема 7 Беседа о спортивной игре «пионербол» (2 ч.)**

**Теория:** Знакомство с игрой, правилами по предупреждению травматизма при проведении занятий по подвижным и спортивным играм.

**Практика:** Элементарные приемы игры в пионербол по упрощённым правилам.

### **Тема 8 Броски мяча (10 ч)**

#### **Практика:**

- Броски мяча о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать;
  - Ведение мяча, продвигаясь бегом;
  - Подбрасывание мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно;
  - Броски мяча с хлопком и ловля его в движении;
  - Броски мяча вверх и ловля его на месте не 10 раз подряд;
  - Перебрасывание мяча друг другу от плеча одной рукой (3- 4м.);
- Форма контроля: П/и «Салки с мячом», «Ловкий стрелок»

### **Тема 9 Отбивание мяча (8 ч)**

#### **Практика:**

- Отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении;
  - Перебрасывание мяча друг другу в парах во время бега;
  - Остановка и передача мяча в движении;
- Форма контроля: П/и «не урони мяч»

### **Тема 10 Перебрасывание мяча (15 ч)**

#### **Практика:**

- Перебрасывание двух мячей в парах одновременно;
  - Ведение мяча, продвигаясь по кругу;
  - Передача мяча ногой в движении;
  - Перебрасывание мяча через сетку;
  - Перебрасывание мяча друг другу разными способами;
  - Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы;
  - Ведение мяча с поворотами;
  - Отбивание мяча по кругу;
- Форма контроля:П/и «Мяч – капитану», «Охотники и зверь»

### **Тема 11 Забрасывание мяча (7 ч)**

#### **Практика:**

- Забрасывание мяча в баскетбольную корзину (с 3 шагов);
  - Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы;
  - Бросание мяча в вертикальную цель (с 3-4м.);
  - Бросок мяча ногой в ворота на меткость;
- Форма контроля:П/и «Попади мячом в цель».

### **Тема 12 Подбрасывание мяча (1 ч)**

#### **Практика:**

- Подбрасывание мяча стоя спиной друг к другу;
  - Подбрасывание мяча друг другу в разных построениях (парами, тройками);
  - Учить подбрасывать малый мяч вверх и ловить его двумя руками, закрепить навык ведения мяча
- Форма контроля:П/и «Мяч в воздухе».

### **Тема 13 Прокатывание мяча (1 ч)**

#### **Практика:**

- По прямой между предметами;



- По наклонной гимнастической скамейке;
  - Змейкой между стойками;
  - Катание мяча с попаданием в предмет;
  - Прокатывание мяча друг другу;
- Форма контроля: П/и «Кого назвали, тот и ловит»

#### **Тема 14 Бросание и ловля мяча (1 ч)**

##### **Практика:**

- Техника бросания одной рукой от плеча в движении.
  - Отрабатывать навык ведения мяча по «8»;
  - Учить ловить мяч отскоком от пола;
  - Упражнять в передаче мяча с отскоком от пола;
- Форма контроля: П/и «Мяч в воздухе», «Салки с мячом».

#### **Тема 15 Ведение мяча (5 ч)**

##### **Практика:**

- Ведение мяча стоя на месте, двигаясь по прямой;
  - Ведения мяча двигаясь по кругу с заданием;
  - Упражнять в броске мяча ногой в цель;
  - Передача мяча двумя руками от груди и передаче мяч ногами;
- Форма контроля: П/и «Меткий стрелок».

#### **Тема 16 Передача мяча (1 ч)**

##### **Практика:**

- Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую в движении;
  - Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы;
  - Перебрасывание мяча в парах
- Форма контроля: П/и «Мельница»

#### **Тема 17 Ловля мяча (1 ч)**

##### **Практика:**

- Забрасывание мяча в корзину от плеча с разного расстояния;
  - Ловля мяча, летящего на разной высоте;
  - Упражнять в ловле мяча в передаче отскоком от пола;
- Форма контроля: П/и «Мяч в воздухе»

#### **Тема 18 Знакомство с мячами-фитболами (2 ч)**

##### **Теория:**

Знакомство с формой и физическими свойствами фитбола.

##### **Практика:**

- Познакомить с мячами – фитболами;
  - Учить правильно сидеть на мячах - фитболах;
  - Развивать выносливость, координацию движений;
  - Прокатывание фитбола по гимнастической /скамейке;
  - Между ориентирами;
  - Упражнение на фитболах сидя, лежа;
- Форма контроля: П/и «Пятнашки на улиточках»

#### **Тема 19 Упражнение с мячами –фитболами (2 ч)**

##### **Практика:**

- Перебрасывание фитбола друг другу в парах;

-Из положения лежа на (фитболе) на животе переход, прокатываясь вперед (руки упор на полу);

Форма контроля: П/и «Вышибалы»

## **Тема 20. Балансировка на фитболе (2 ч)**

### **Практика:**

-Лежа на животе на фитболе, поворот на спину;

-Балансировка на фитболе лежа на животе;

-Перебрасывание мяча через сетку двумя руками из-за головы;

Форма контроля: П/и «Охотники и куропатки»

## **Тема 21 Итоговое**

Выявление уровня физической подготовленности детей (Развлечение)

### **1.4. Планируемые результаты освоения программы Предметные результаты**

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 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 ит.п.) и с разных сторон;

-умеет забрасывать мяч в корзину двумя руками и 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 по дачу надувного мяча одной рукой снизу, сверху;

- соблюдает простейшие правила игры.

#### Футбол

Умеет передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте;

-умеет вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать

в предметы, забивать мяч в ворота.

### Пионербол

- умеет производить подачу из-за лицевой линии;
- умеет выполнять бросок через сетку из разных частей площадки;
- способен выполнять игровые действия в команде;
- правильно реагирует на свисток и жесты судьи.

### **Личностные результаты**

У ребенка сформированы навыки сотрудничества: умеет играть в команде для достижения общей цели, адекватно оценивать результаты игры, своих действий;

- У ребенка наблюдается повышение интереса детей к физической культуре, а именно, к спортивным играм с мячом;
- У ребенка отмечается любознательность в области знаний о спортивных играх с мячом, их истории возникновения, правилах и элементах техники игр.

### **Метапредметные результаты**

- Развита координация движений, выносливость, быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве, глазомер;
- Умеет действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами игры в баскетбол, действиями товарищей.

## **РАЗДЕЛ II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

### **2.1. Календарный учебный график**

№п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации
	1	01.09.2023	31.05.2024	36	72	72	2 раза по 1 часу	25.05.2024

### **2.2. Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение**

В ДОУ имеется спортивный зал, уличная спортивная площадка, соответствующие требованиям СанПин, пожарной безопасности, требованиям охраны жизни и здоровья воспитанников.

Для организации деятельности по ознакомлению и обучению упражнениям и спортивным играм с мячом используется разнообразный

спортивный инвентарь и оборудование:

1. Мячи:

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

2. Фитболы – 12 шт.

3. Мелкие предметы для развития кисти руки:

- мячи для пинг-понга – 24 шт.;
- пластмассовые мячи – 24 шт.
- мячи для большого тенниса - 12 шт.

4. Баскетбольные корзины - 2 шт.

5. Шнур для натягивания - 2 шт.

6. Волейбольная сетка - 1 шт.

7. Футбольные ворота - 2 шт.

8. Обручи – 12 шт.

9. Кубики – 24 шт.

10. Кегли – 20 шт.

11. Гимнастические скамейки 2 шт.

12. Мишени – 2 шт.

13. Коврики гимнастические – 12 шт.

14. Свисток - 2 шт.

15. Технические средства обучения:

- музыкальный центр - 1 шт.;
- флеш-карта (музыка для ходьбы, бега, ритмической гимнастики, релаксации) - 1 шт.;
- флеш-карта (презентации, видеоролики, мультфильмы) – 1 шт.

### **Информационное обеспечение**

- Рабочая программа «Школа мяча».

- План работы кружка.

- Комплексы ОРУ с мячом.

- Методическая литература.

- Конспекты НОД, досугов.

- Диагностический материал.

- Папка «Мой весёлый звонкий мяч...» (содержит историю мяча, данные о современных мячах, рекомендации родителям по выбору мячей для детей, значение мяча для ребёнка, картотеку русских народных игр с мячом, упражнения с мячом и т.д.).

- Папка «Играем с мячом» (содержит творческие подвижные игры и задания с мячом).

- Атрибуты к подвижным играм.

- Консультации для родителей.

### **Кадровое обеспечение**

№	Ф.И.О педагога	Образование
---	----------------	-------------

1	Рейш Елена Владимировна	Высшее педагогическое, первая квалификационная категория
---	-------------------------	--

### 2.3. Формы аттестации и оценочные материалы

Для определения результатов освоения программы в начале и в конце каждого учебного года проводятся контрольные тестирования. Уровень усвоения детьми двигательных умений и навыков движений с мячом определяется по пособиям «Двигательная активность ребенка в детском саду» М.А.Руновой и «Диагностика уровня физической подготовленности» Л.Н.Волошиной. В середине учебного года проводится тестирование для контрольного среза двигательной активности. Диагностика проводится по двум блокам: уровень развития физических качеств и степень сформированности навыков владения мячом. Полученные данные заносятся в комплексную диагностическую карту физического развития ребенка и оцениваются по четырех балльной шкале.

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

*Критерии оценки выполнения заданий:*

3балла – правильное выполнение движений, навык сформировании автоматизирован;

2балла –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 предметных образовательных результатов усвоения программы

Таблица 2

№ п/п	Ф.и. ребен	Виды движений																Сумма баллов				
		бросание				отбивание				забрасывание				Элементы спортивных игр								
		Вверх и ловля двумя руками		В парах		Двумя руками стоя на месте		Одной рукой с продвижением вперед		В Гориз цель с R 5 м		В вертик цель с R 4 м		Вдаль не менее 6 м		В корзину стоящую на полу			В корзину			
нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	нг	кг	

Высокий уровень – 3балла.

Средний уровень –2 балла.

Низкий уровень -1 балл.

**Формы промежуточной аттестации:**

- соревнования
- эстафеты
- турнир

### **Диагностика сформированности личностных и метапредметных образовательных результатов усвоения программы «Сформированность начальных представлений о некоторых видах спорта, здоровом образе жизни»**

Опросник содержит 27 вопросов (Приложение 1). За каждый правильный ответ ребёнок получает 1 балл. Критерии оценки:

12 очков и выше – высокий уровень: – ребёнок проявляет интерес к занятиям по физической культуре, понимает всю необходимость для своего здоровья, грамотно отвечает на поставленные вопросы.

5 – 11 очков – средний уровень: у ребёнка частично сформированы навыки основ безопасности жизнедеятельности, ребёнок проявляет интерес к подвижным и эстафетным играм, но плохо отвечает на вопросы.

до 4 очков – низкий уровень: ребёнок не может ответить на вопросы, касающиеся здорового образа жизни; не проявляет активности при выполнении физических упражнений, игр.

#### **2.4. Методические материалы**

##### **Принципы и подходы к реализации Программы:**

- сохранение уникальности и самооценности детства, реализация программы в формах, специфических для детей дошкольного возраста;
- индивидуально-дифференцированный подход; индивидуализация дошкольного образования;
- принцип гармоничности образования;
- поддержка инициативы детей;
- сотрудничество с семьёй;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям и особенностям развития);
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

##### **Описание образовательной деятельности**

Программа включает в себя обучение, закрепление и совершенствование упражнений со всеми доступными видами мячей, на создание условий для овладения дошкольниками элементами различных игр с мячом –волейбол, футбол, баскетбол, пионербол.

Обучение детей совершается в определенной последовательности по этапам.

*Этапы обучения:*

##### 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.

### **Описание форм, способов, методов и приемов реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников**

*Формы организации обучения:*

- специальные занятия, которые имеют традиционную структуру и состоят из трёх частей:

вводная часть - включает в себя различные виды ходьбы и бега или комплекс ритмической гимнастики;

основная часть - 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.

заключительная часть - организовывается в виде релаксации или просмотра презентаций, видеороликов, мультфильмов;

- соревнования;

-игры, эстафеты;

-турниры.

*Форма организации образовательного процесса:* групповая.

*Методы и приемы, используемые на занятиях и вне занятий:*

- проведение бесед об истории правилах спортивных игр с мячом;

- демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах игры ит.д., просмотр мультфильмов на спортивную тематику, видеороликов;

- ознакомление с 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 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;

- игры и упражнения с мячом;

- дидактические и подвижные игры.

*Дидактические материалы:*

- набор карточек упражнений, выполняемых в последовательности;
- обучающие плакаты;
- набор карточек с видами спортивных игр;
- музыкальное сопровождение;
- схемы для выполнения упражнений для старших дошкольников;
- схемы движений с мячом для самостоятельных игр детей.

### **Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.**

Достичь высокого физического развития детей, возможно, только при взаимодействии детского сада и семьи. Родители должны быть уверены в том, что дошкольное учреждение всегда поможет им в решении педагогических проблем. Педагоги поддерживают контакт с семьей, знают особенности, привычки своего воспитанника и учитывают их при работе, что ведет к повышению эффективности педагогического процесса. Формы работы с родителями осуществляются по следующим направлениям: Дать знания родителям о том, что должны уметь дети в работе с мячом по программе. Совместная деятельность детей и родителей эмоции от игр с мячом. Организация фотовыставки «Школа мяча». Наглядная информация для родителей: Папка «Мой весёлый звонкий мяч...» (содержит историю мяча, данные от современных мячах, рекомендации родителям по выбору мячей для детей, значение мяча для ребёнка, картотеку русских народных игр с мячом, упражнения с мячом и т. д.) Папка «Играем дома» (содержит творческие подвижные игры для дома, улицы, с мячом и т. д.) Папка «Физкультура - это здорово» (содержит подвижные игры для всей семьи, подвижные игры разных народов, игры для всей семьи и т. д.) Пополнение картотек « Игры на улице».

### **2.5. Список литературы**

*Литература, рекомендованная для педагогов*

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., 2020.
4. Вавилова Е.Н. Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать. М., 2003.
5. Волошина, Л.И. Игровые программы и технологии физического воспитания малышей [Текст] / Л.И. Волошина // Физкультурно оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях и школах : Учеб.-метод. пособие. – Екатеринбург : Изд-во Урал. гос. пед. унта, 2002. – С. 56-97.

*Литература, рекомендованная для родителей*

1. Е.Н. Вавилова «Развивайте у дошкольников ловкость, силу,



- выносливость». Пособие для воспитателя детского сада - Москва, «Просвещение», 1981 5.
2. Г.В. Глушкова «Физическое воспитание в семье и ДОУ». Методические рекомендации. Москва. Школьная пресса 2005. 6.
  3. Т.И. Осокина Физические упражнения и подвижные игры для дошкольников / Т.И. Осокина, Е.А Тимофеева.- Изд.2-е, доп., М., «Просвещение», 1971.-210с. 7.

*Литература, рекомендованная для обучающихся*

1. М. Пегов Ура! Футбол! Изд - во «Качели», 2018 г.
2. Н. Хмелик «Постарайся попасть по кольцу» Изд – во «Физкультура и спорт», 1985 г.

*Приложение 1*

**Опросник «Сформированность начальных представлений о некоторых видах спорта, здоровом образе жизни»**

1. Что надо делать по утрам, чтобы быть бодрым и здоровым? (зарядку)
2. Как называют спортсмена, который ведёт мяч и забивает его в корзину? (баскетболист)
3. Как называют спортсмена, который ведет мяч и забивает его в ворота? (футболист)
4. Как называют спортсмена, который перебрасывает мяч руками через сетку? (волейболист)
5. Сколько команд на поле играют в баскетбол, волейбол, пионербол, футбол? (2)
6. Овощ, стимулирующий рост человека? (морковь)
7. Как называется человек, который контролирует выполнение правил игры спортсменами? (судья)
8. Какие линии спортивного зала вы знаете? (центральная, боковые линии, лицевые, штрафные)
9. Какие гигиенические процедуры нужны спортсмену? (ополаскивание, растирание, смена одежды)
10. К каким олимпийским играм относятся игровые виды спорта? (летним)
11. Какие продукты вредны для организма? (чипсы, жвачка, сильно жареное мясо, газированные напитки)
12. Как можно развивать силу? (упражнения с гантелями, отжимания, приседания)
13. Какая цель команды в игре в баскетбол? (забросить как можно больше мячей в корзину соперника, соблюдая правила).
14. Почему от промокших ног появляется насморк, кашель, а намокшее под дождём лицо и руки не влияют на здоровье человека? (Потому, что на стопах имеются точки, отвечающие за наше здоровье, которые необходимо закалять).
15. Почему полезна ходьба босиком? (для закаливания организма).

16. Какой самый важный закон закаливания? (снижать температуру постепенно, а после болезни начинать всё заново).
17. Какой витамин образуется в коже под влиянием солнечных лучей? (витамин Д).
18. Какая роль в процессе закаливания отводится воде? (главная)
19. Как часто нужно чистить зубы? (2 раза в день)
20. Скажите, когда вы получаете приятные эмоции и, что вы испытываете при этом?
21. Как судья наказывает игрока за неспортивное поведение? (фолами – за 5 фолов игрока сажают на скамейку, и он игру продолжать не может)
22. Что полезно выполнять перед сном? (погулять, проветрить комнату, умыться, почитать книжку)
23. Что вредно перед сном? (смотреть долго телевизор, тем более страшные фильмы, много кушать, сидеть в телефоне)
24. Что вредно для нашего зрения? (читать лёжа, писать в темноте, долго смотреть телевизор)
25. Что запрещается делать игроку с мячом во время игры баскетбол? (бежать с мячом, вести мяч двумя руками).
26. Какая задача игроков в игре футбол? (забросить как можно больше голов в ворота соперника, а после потери мяча защищать свои, соблюдая правила игры).
27. Кто имеет право брать мяч руками в игру футбол? (вратарь)

Приложение 2

### Календарно-тематический план для детей 5-7 лет

Месяц	Тема занятия	Задачи	Содержание
сентябрь	1. Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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)</li> <li>• Броски мяча в корзину 2-мя руками из-за головы (с расстояния 3м., высота 2 м.)</li> <li>• Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте</li> <li>• Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении</li> <li>• Броски мяча на меткость в</li> </ul>

			цель
	2.Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Перебрасывание мяча через сетку.</li> <li>• Перебрасывание мяча друг другу.</li> <li>• Отбивание мяча на месте.</li> <li>• Подбрасывание мяча с хлопками в движении.</li> <li>• Броски мяча в цель на меткость.</li> </ul>
	3. История возникновения мяча	<p>1. Углубить представление детей о спортивных играх с мячом.</p> <p>2. Познакомить с историей возникновения мяча.</p> <p>3. Развивать ориентировку в пространстве.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Знакомство с историей возникновения мяча. Р/н/и «Свечки», «Одноручье».</li> <li>• Беседа «Спортивные игры с мячом». Д/и «Что это за мяч?»  П/и «Пятнашки с мячом»</li> </ul>
октябрь	4. Броски мяча	<p>1. Учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 10 раз подряд.</p> <p>2. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. при прокатывании мяча.</p> <p>3. Воспитывать самостоятельность.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Броски мяча вверх и ловля его на месте не 10 раз подряд.</li> <li>• Прокатывания мяча одной рукой и двумя руками из разных и.п. между предметами (ширина 90-40см., длина 3-4м.)</li> <li>• Прокатывание мяча ногами по прямой П/и «Ловкий стрелок»</li> </ul>
	Подбрасывание мяча	<p>1. Продолжить учить бросать мяч вверх с хлопками.</p> <p>2. Упражнять в перебрасывании мяча.</p> <p>3. Воспитывать ловкость</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подбрасывание мяча вверх с хлопками</li> <li>• Перебрасывание мяча друг другу из разных и.п. П/и «Ловишка с мячом»</li> </ul>
	Броски мяча	<p>1. Отрабатывать броски мяча вверх в движении.</p> <p>2. Развивать глазомер, координации движений.</p> <p>3. Отрабатывать бросок мяча ногой в цель.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 10 раз подряд)</li> <li>• Броски мяча об пол и ловля 2 раза на месте (не менее 10 раз подряд) П/и «Ловишка с мячом»</li> <li>• Броски мяча ногой в цель (3 раза из 10)</li> </ul>

ноябрь	Броски мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить бросать мяч об пол и ловить его двумя руками не менее 10 раз подряд.</li> <li>2. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу.</li> <li>3. Воспитывать настойчивость.</li> <li>4. Учить передавать друг другу мяч ногами.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении (не менее 10 раз)</li> <li>• Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя, сидя</li> <li>• Передача мяча друг другу в парах П/и «Мяч в воздухе»</li> </ul>
	Перепрыгивание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить бросать и мягко ловить мяч в парах разными способами.</li> <li>2. Развивать ловкость, внимание, глазомер.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Перебрасывание мяча сидя и стоя спиной друг к другу</li> <li>• Перебрасывание мяча друг другу в разных построениях (парами, тройками)</li> <li>• Перебрасывание мяча друг другу в разных построениях (парами, тройками) с помощью ног П/и «Мяч в воздухе»</li> </ul>
	Перекачивание набивного мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в перекачивании набивного мяча друг другу.</li> <li>2. Развивать координацию движений, внимание.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Забрасывание мяча в корзину</li> <li>• Перекачивание набивного мяча друг другу</li> <li>• Ударить перед собой мяч, повернуться кругом, поймать мяч П/и «Кого назвали, тот и ловит»</li> </ul>
	Перепрыгивание 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>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Перебрасывание мяча через сетку.</li> <li>• Метание набивного мяча из-за головы П/и «Гонка мячей по шеренгам»</li> </ul>
декабрь	Перепрыгивание 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>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Перебрасывание мяча через сетку</li> <li>• Прокатывание в ворота набивного мяча головой П/и «Мяч – капитану»</li> </ul>
	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>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза</li> <li>• Перебрасывание мяча через сетку в парах</li> <li>• Передача мяча друг другу парами с помощью ног П/и «Вышибалы»</li> </ul>
	Отбивание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить отбивать мяч</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Отбивание мяча правой и</li> </ul>

		<p>одной рукой на месте.  2. Учить останавливать мяч ногой.  3. Упражнять в быстрой смене движений.  4. Развивать ловкость.</p>	<p>левой рукой на месте</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза</li> <li>• Остановка мяча ногой</li> </ul> <p>П/и «Пятнашки на улиточках»</p>
	Промежуточная аттестация.	<p>-Турнир по отбиванию мяча на месте и в движении.  -спортивные соревнования (перебрасывание мяча через сетку, забрасывание мяча в баскетбольную корзину, метание в цель).</p>	
январь	Забрасывание мяча	<p>1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину.  2. Закрепить умение подбрасывать и мягко ловить мяч с хлопком.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо</li> <li>• Подбрасывание мяча с хлопками в движении</li> <li>• Прыжки на мячах</li> <li>• Забрасывание мяча в ворота</li> </ul> <p>П/и «Ловкий стрелок»</p>
	Перебрасывание мяча	<p>1.Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами.  2.Развивать силу броска, точность движений, глазомер.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Перебрасывание мяча через сетку в парах</li> <li>• Перебрасывание мяча одной рукой через сетку, ловля 2 руками</li> </ul> <p>П/и «Мельница»</p>
	Перебрасывание мяча	<p>1. Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях.  2. Развивать чувство ритма, точности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Перебрасывание мяча в парах с отскоком от земли</li> <li>• Перебрасывание мяча из одной руки в другую</li> <li>• Перебрасывание мяча друг другу одной рукой, ловля двумя руками</li> </ul> <p>П/и «Ловишка с мячом»</p>
февраль	Забрасывание мяча	<p>1. Учить забрасывать мяч в кольцо с трех шагов.  2. Продолжать учить принимать правильное и.п. при метании в вертикальную цель.  3. Учить забрасывать мяч в ворота.  4. Совершенствовать прыжки на мячах-хопсах.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3-х шагов)</li> <li>• Метание мяча в вертикальную цель (с 3 – 4 м.)</li> <li>• Броски мяча в цель (ворота) с помощью ног</li> <li>• Прыжки на мячах – хопсах</li> </ul> <p>П/и «Гонка мячей по шеренгам»</p>
	Броски мяча	<p>1. Учить определять направление и скорость мяча.  2. Отрабатывать навык</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бросок мяча об стену и ловля его 2 раза (с хлопком)</li> <li>• Отбивание мяча одной рукой змейкой</li> </ul>

		отбивания мяча змейкой. 3. Развивать быстроту, выносливость.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Броски мяча вверх, ловля мяча сидя</li> </ul> П/и «Не урони мяч»
	Перебрасывание мяча	1. Учить правильно, ловить и бросать мяч, регулировать силу броска. 2. Учить передавать мяч ногами друг другу. 3. Развивать координацию движений, глазомер, внимание.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Перебрасывании мяча через сетку одной рукой, ловля двумя руками (в парах)</li> <li>Перебрасывание мяча с одной руки в другую</li> <li>Передача мяча друг другу ногами</li> </ul> П/и «Охотники и куропатки»
	Отбивание мяча	1. Учить правильно, ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. отрабатывать навык ведения мяча в ходе до обозначенного места. 3. Учить останавливать мяч ногой. 4. Развивать ловкость, мышление.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Отбивание мяча правой, левой рукой в движении</li> <li>Перебрасывание мяча друг другу в парах из разных и.п.</li> <li>Броски мяча вверх, дотронуться носков ног, поймать мяч</li> <li>Остановка мяча ногой</li> </ul> П/и «Мельница»
март	Перебрасывание мяча	1. Продолжать учить правильно ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. Упражнять в произвольном действии с мячами. 3. Развивать координацию.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу</li> <li>Сидя бросить мяч, вскочить на ноги и поймать мяч</li> <li>Прыжки на мячах – хоппах</li> </ul> П/и «Лови – не лови»
	Знакомство с мячами - фитболами	1. Познакомить с мячами - фитболами. 2. Учить правильно сидеть на фитболах. 3. Развивать выносливость, координацию движений.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Прокатывание фитбола по г/скамейке; между ориентирами</li> <li>Упражнение с фитболами сидя, лежа.</li> <li>П/и «Пятнашки на улиточках»</li> </ul>
	Перебрасывание мяча	1. Отрабатывать умение быстро и точно передавать мяч через сетку. 2. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча. 3. Отрабатывать умение передачи мяча друг другу. 4. Совершенствовать	<ul style="list-style-type: none"> <li>Перебрасывание мяча через сетку 2 раза из - за головы</li> <li>Передача мяча друг другу ногой</li> <li>Прыжки на мячах - хоппах</li> </ul> П/и «Мяч в воздухе»

		прыжки на мячах - хоппах.	
	Упражнения с мячом - фитболом	1. Учить отбивать фитбол двумя руками. 2. Совершенствовать навыки ведения мяча. 3. Продолжать учить регулировать силу отталкивания н/мяча.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Отбивание фитбола 2 руками в ходьбе</li> <li>• Отбивание мяча правой, левой рукой в движении</li> <li>• Прокатывание в ворота набивного мяча друг другу</li> </ul> <p>П/и «Салки с мячом»</p>
апрель	Упражнения с мячом - фитболом	1. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук. 2. Развивать равновесие, координацию движений при балансировке на фитболе.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Перебрасывание фитбола друг другу в парах</li> <li>• Из положения лежа на (фитболе) на животе переход, прокатываясь вперед (руки упор на полу)</li> </ul> <p>П/и «Вышибалы»</p>
	Перебрасывание мяча	1. Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру. 2. Отрабатывать мягкую ловлю мяча двумя руками с хлопком. 3. Упражнять в прыжках на мячах - хоппах.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Перебрасывание мяча через сетку (в парах)</li> <li>• Броски мяча вверх с хлопками за спиной</li> <li>• Прыжки на мячах - хоппах</li> <li>• Передача мяча в парах, тройках с помощью ног</li> </ul> <p>П/и «Попади мячом в цель»</p>
	Отбивание мяча	1. Развивать равновесие, координацию движений при балансировке на фитболе. 2. Отрабатывать плавные движения при ведении мяча змейкой. 3. Воспитывать уверенность.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Балансировка на фитболе (сидя, стоя на коленях, руки в стороны; лежа на животе, руки в стороны)</li> <li>• Отбивание мяча змейкой</li> </ul> <p>П/и «Догони мяч»</p>
	Забрасывание мяча	1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. 2. Закреплять умение занимать правильное и.п. при метании на дальность.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Забрасывание мяча в баскетбольную корзину (с 3 шагов)</li> <li>• Метание набивного мяча на дальность</li> <li>• Перебрасывание набивного мяча друг другу</li> </ul> <p>П/и «Вышибалы»</p>

май	Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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)</li> <li>• Ведение мяча ногой в движении - 10м. не теряя мяча (согласованно с передвижением)</li> <li>• Броски мяча в корзину 2-мя руками из - за головы (с расстояния 3м., высота - 2м.)</li> <li>• Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте</li> <li>• Броски мяча об пол и ловля двумя руками в движении</li> <li>• Броски на меткость мяча в ворота (3 из 10)</li> </ul>
	Диагностика	2. Выявить уровень физической подготовленности детей.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Перебрасывание мяча через сетку</li> <li>• Перебрасывание мяча друг другу</li> <li>• Отбивание мяча на месте</li> <li>• Подбрасывание мяча с хлопками в движении</li> <li>• Броски мяча ногой в ворота на меткость</li> </ul>
	Итоговое	См. приложение	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развлечение «Разноцветный быстрый мяч»</li> </ul>