

**Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение  
«Детский сад № 2 «Рябинка» комбинированного вида» г. Волхов**

РАССМОТРЕНА педагогическим советом протокол от <u>11.11.2021 г. № 1</u>	УТВЕРЖДЕНА приказом МДОБУ «Детский сад № 2 «Рябинка» от <u>11.11.2021 г. № 45</u>
---	--

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ШКОЛА МЯЧА»**

срок реализации программы – 3 года

Разработчик программы:

Попова Наталья Сергеевна, инструктор по физической культуре

г. Волхов  
2021 год

## Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно – спортивной направленности «ШКОЛА МЯЧА» разработана на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 года № 1726-р;
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методических рекомендаций по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ различной направленности, утвержденные письмом комитета общего и профессионального образования Ленинградской области от 01 апреля 2015 года № 19-2174/15-0-0 «О методических рекомендациях по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ различной направленности».

При разработке дополнительной общеразвивающей программы «Школа мяча» было использовано методическое пособие «Школа мяча» Н.И. Николаева. – СПб.: Детство- Пресс.

**Цель** дополнительной общеразвивающей программы «Школа мяча»: овладение детьми действиями с мячом, умением играть в игры с мячом.

**Задачи** дополнительной общеразвивающей программы физкультурно – спортивной направленности «Школа мяча»:

*Оздоровительные:*

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе и их эмоциональное благополучие.

*Образовательные:*

- познакомить детей с историей мяча, правилами и элементами спортивных игр с мячом.

*Развивающие:*

- развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;
- формировать простейшие действия с мячом: передача мяча, бросок мяча в

корзину, ведение мяча.

*Воспитательные:*

- формировать общую культуру личности детей, воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

**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 организовать занятия по интересам физкультурно-спортивной направленности.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. 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 стали основой для составления данной программы. Программа обеспечивает достижения воспитанниками готовности к школе, а именно необходимый и достаточный уровень развития ребенка для успешного освоения им в дальнейшем основной общеобразовательной программой начального общего образования по предмету «Физическая культура»

Возраст обучающихся, на который рассчитана данная образовательная программа «Школа мяча» - 4-7 лет.

Минимальный возраст детей для зачисления на обучение - 4 года. Сроки реализации дополнительной общеразвивающей программы физкультурно - спортивной направленности «Школа мяча» - 3 года.

### **Направление работы**

**Теоретическая подготовка:** знакомство детей с историей возникновения мяча, игры в футбол, игры волейбол, игры баскетбол.

**Практическая подготовка:** обогащение двигательного опыта детей за счет усвоения разнообразных действий с мячом.

### Учебный план

Учебный предмет (модуль)	Тема	Количество часов	
		I год	II год
Упражнения и игры с мячом	Катание мяча в заданном направлении	13	10
	Бросание мяча вверх и ловля его, ударять мяч о пол и ловить его	12	9
	Прокатывание мяча ногой	2	6
Упражнения и игры с ведением мяча	Ведение мяча с продвижением вперед	2	4
Упражнения и игры с передачей мяча	Бросание мяча друг другу	15	8
Упражнения и игры с броском мяча в корзину	Бросок мяча в корзину (поставленную на пол)	6	6
	Бросок мяча в цель(высота 1.5м) двумя руками от груди с места через сетку	4	6
	Бросок мяча в баскетбольную корзину двумя руками от груди	4	4

### Учебный план

Учебный предмет (модуль)	Тема	Количество часов
		III год
Упражнения и игры с передачей мяча	Передача мяча двумя руками от груди стоя на месте парами, в шеренги, по кругу	1
	Передача мяча двумя руками от груди при движении парами	4
	Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его	3
Упражнения и игры с ведением мяча	Ведение мяча на месте	4
	Ведение мяча вокруг себя правой и левой рукой	3
	Ведение мяча с продвижением вперед шагом, бегом.	4
Упражнения и игры с броском мяча в корзину	Бросок мяча в корзину (поставленную на пол)	4
	Бросок мяча в цель(высота 1.5м) двумя руками от груди с места через сетку	4
	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди	2

### Учебно-тематическое планирование на I год обучения

Месяц	Задачи	Содержание занятия	Количество часов
Сентябрь	Познакомить детей с историей возникновения мяча	История возникновения мяча	1
		Мониторинг	2



		<p>предметов</p> <p><i>Основные виды движений:</i> бросание мяча одной рукой и ловля его двумя руками.(малого мяча)</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Займи свободный кружок»</p> <p><i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> «Воротца».</p>	
	Закреплять умение ударять мяч о пол и ловить его двумя руками	<p><i>I часть.</i> Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках и пятках. Бег высоко поднимая колени.</p> <p><i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения без предметов</i></p> <p><i>Основные виды движений:</i> ударять мяч об пол и ловить его двумя руками.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Мяч не теряй»</p> <p><i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> «Тишина».</p>	2
Ноябрь	Учить действовать парами, бросать мяч друг другу с хлопком	<p><i>I часть.</i> Ходьба приставным шагом в стороны. Бег высоко поднимая колени.</p> <p><i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i></p> <p><i>Основные виды движений:</i> бросание мяча друг другу с хлопком .</p> <p><i>Подвижная игра</i> « Мяч по кругу»</p> <p><i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> «Найди орешек»</p>	2
	Обучать умению бросать и ловить мяч друг другу из положения сидя	<p><i>I часть.</i> Ходьба парами и бег враспынную.</p> <p><i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i></p> <p><i>Основные виды движений:</i> бросание мяча друг другу и ловля из положения сидя.</p> <p><i>Подвижная игра</i> « Мяч по кругу»</p> <p><i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> «Воротца»</p>	2
	Обучать умению бросать	<i>I часть.</i>	2

	<p>мяч друг другу и ловить его с поворотом кругом</p>	<p>Ходьба с разными положениями рук. Прыжки с продвижением вперед.  <i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  бросание мяча друг другу и ловля с поворотом кругом.  <i>Подвижная игра</i>  «Беги, лови»  <i>III часть.</i>  <i>Игра малой подвижности</i>  «Мяч соседу»</p>	
	<p>Воспитывать интерес к результату деятельности. Учить перебрасывать мяч двумя руками друг другу из-за головы</p>	<p><i>I часть.</i>  Ходьба меняя темп и направление движений, со сменой направляющего. Бег широким шагом.  <i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  перебрасывать мяч двумя руками друг другу из-за головы.  <i>Подвижная игра</i>  «Покати ко мне»  <i>III часть.</i>  <i>Игра малой подвижности</i>  «Запрещенное движение»</p>	2
Декабрь	<p>Закреплять умение бросать мяч друг другу и ловить его после отскока от пола. Учить работать в коллективе и ощущать себя частью этого коллектива.</p>	<p><i>I часть.</i>  Ходьба «змейкой». Ходьба на носках. Бег враспынную.  <i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  бросание мяча друг другу и ловля с отскоком от пола.  <i>Подвижная игра</i>  «Будь внимателен»  <i>III часть.</i>  <i>Игра малой подвижности</i>  «Зеркало»</p>	2

	<p>Учить бросать мяч друг другу и ловить его в движении. Способствовать воспитанию сдержанности, ловкости и умению дружно играть</p>	<p><i>I часть.</i> Ходьба и бег врассыпную. Ходьба на носках .Прыжки с продвижением вперед. <i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения</i> с мячом <i>Основные виды движений:</i> бросание мяча друг другу и ловля в движении. <i>Подвижная игра</i> «Подбрось еще выше» <i>III часть.</i> Ходьба с остановкой на сигнал</p>	2
	<p>Обучать отбивать мяч об пол правой и левой рукой</p>	<p><i>I часть.</i> Ходьба с разными положениями рук. Прыжки с продвижением вперед. <i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения</i> с мячом <i>Основные виды движений:</i> отбивать мяч об пол правой и левой рукой <i>Подвижная игра</i> « Беги, лови» <i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> «Зеркало»</p>	2
	<p>Учить самостоятельно действовать с мячом. Способствовать умению дружно играть.</p>	<p>Самостоятельные игры с мячом</p>	1
Январь	<p>Учить отбивать мяч о пол в движении</p>	<p><i>I часть.</i> Ходьба и бег с высоким подниманием колен. <i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения</i> с мячом <i>Основные виды движений:</i> отбивать мяч о пол правой и левой рукой, продвигаясь вперед шагом в прямом направлении. <i>Подвижная игра</i> «Сделай фигуру» <i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> «У кого мяч»</p>	2
	<p>Обучать отбивать мяч о пол правой рукой, продвигаясь бегом</p>	<p><i>I часть.</i> Ходьба приставным шагом в сторону. Бег врассыпную. <i>II часть.</i></p>	2



		<p><i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i></p> <p><i>Основные виды движений:</i> отбивать мяч о пол правой рукой, продвигаясь бегом.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Раз, два, три, лови»</p> <p><i>III часть.</i></p> <p><i>Игра малой подвижности</i> «Зеркало»</p>	
Февраль	Учить перебрасывать мяч через шнур двумя руками из-за головы, следить за направлением летящего мяча, правильно рассчитывать и выполнять движение	<p><i>I часть.</i></p> <p>Ходьба в колонне по одному. Ходьба мелким и широким шагом. Бег со сменой ведущего.</p> <p><i>II часть.</i></p> <p><i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i></p> <p><i>Основные виды движений:</i> перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Поймай мяч»</p> <p><i>III часть.</i></p> <p><i>Игра малой подвижности</i> «У кого мяч»</p>	2
	Обучать метанию в цель	<p><i>I часть.</i></p> <p>Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках, пятках. Бег высоко поднимая колени.</p> <p><i>II часть.</i></p> <p><i>Общеразвивающие упражнения без предметов</i></p> <p><i>Основные виды движений:</i> метание в горизонтальную цель снизу правой и левой рукой.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «У кого меньше мячей»</p> <p><i>III часть.</i></p> <p>Ходьба на внешней стороне ступни</p>	2
	Учить работать в коллективе и ощущать себя частью коллектива	Игры-эстафеты	2
Март	Учить забрасывать мяч в корзину	<p><i>I часть.</i></p> <p>Ходьба приставным шагом в стороны. Бег высоко поднимая колени.</p> <p><i>II часть.</i></p> <p><i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i></p> <p><i>Основные виды движений:</i> забрасывание мяча двумя руками в корзину на полу.</p>	2

		<p><i>Подвижная игра</i>  «Перемени мяч»  <i>III часть.</i>  <i>Игра малой подвижности</i>  «Зеркало»</p>	
	<p>Обучать умению забрасывать мяч в баскетбольную корзину</p>	<p><i>I часть.</i>  Ходьба и бег врассыпную. Ходьба на носках .Прыжки с продвижением вперед.  <i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  забрасывание мяча в баскетбольную корзину.  <i>Подвижная игра</i>  «За мячом»  <i>III часть.</i>  <i>Действие по тексту « У нас славная осанка»</i></p>	2
	<p>Закреплять умение перебрасывать мяч двумя руками через шнур из-за головы</p>	<p><i>I часть.</i>  Ходьба и бег с высоким подниманием колен.  <i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  перебрасывание мяча двумя руками через шнур из-за головы.  <i>Подвижная игра</i>  «Красный, синий, кто за ним?»  <i>III часть.</i>  <i>Игра малой подвижности</i>  «Стоп»</p>	3
	<p>Способствовать воспитанию сдержанности, ловкости и умению дружно играть</p>	<p>Игры-эстафеты</p>	1
Апрель	<p>Учить бросать мяч в баскетбольную корзину</p>	<p><i>I часть.</i>  Ходьба в колонне по одному. Ходьба мелким и широким шагом. Бег со сменой ведущего.  <i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  бросание мяча в баскетбольную корзину.  <i>Подвижная игра</i>  «Успей поймать мяч».  <i>III часть.</i></p>	2

		<i>Игра малой подвижности «Воротики»</i>	
	Учить прокатывать мяч ногой	<i>I часть. Ходьба приставным шагом в стороны. Бег высоко поднимая колени. II часть. Общеразвивающие упражнения с мячом Основные виды движений: прокатывание мяча ногой . Подвижная игра «Вьюнок» III часть. Ходьба в рассыпную на носках</i>	2
	Учить прокатывать мяч ногой между предметами	<i>I часть. Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках, пятках. Бег высоко поднимая колени. II часть. Общеразвивающие упражнения без предметов Основные виды движений: прокатывание мяча ногой между предметами. Подвижная игра «Кегельтир». III часть. Игра малой подвижности «Зайка»</i>	2
	Учить самостоятельно придумывать упражнения с мячом.	Самостоятельные игры с мячами	2
Май	Обучать умению катать мяч ногой в ворота	<i>I часть. Ходьба и бег в рассыпную. Ходьба на носках .Прыжки с продвижением вперед. II часть. Общеразвивающие упражнения с мячом Основные виды движений: катать мяч ногой в ворота на меткость (Элементы игры в футбол) Подвижная игра «Совушка» (с мячом) III часть. Ходьба в колонне по одному</i>	2
		Мониторинг	2

Месяц	Задачи	Содержание занятия	Количество часов
Сентябрь	Продолжать знакомить детей с историей возникновения мяча	История возникновения мяча	2
		Мониторинг	2
	Продолжать знакомить детей с элементами спортивных игр с мячом	Беседа о спортивной игре-волейболе Беседа о спортивной игре баскетболе Беседа о спортивной игре-футболе	3
Октябрь	Закреплять правильные способы выполнения детьми катания мяча; бросания мяча и ловля двумя руками	<i>I часть.</i> Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Ходьба враспынную на пятках. Бег приставным шагом вправо, влево, с изменением темпа. <i>II часть</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i> <i>Основные виды движений:</i> катание мяча с попаданием в предметы(кегли), катание змейкой между предметами; бросание мяча вверх и ловля его двумя руками <i>Подвижная игра</i> «Два круга с мячом » <i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> Воротики»	2
	Закреплять умение бросать и ловить мяч вверх одной рукой	<i>I часть.</i> Ходьба в колонне по одному. Ходьба в полуприседе .Бег на носках, высоко поднимая колени. Ходьба спиной вперед. Бег широким и мелким шагом. <i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i> <i>Основные виды движений:</i> бросание мяча вверх и ловля его одной рукой <i>Подвижная игра</i> «Догони мяч» <i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> «Стоп»	2
	Закреплять умение бросать мяч друг другу разными способами. Учить активно участвовать в играх	<i>I часть.</i> Ходьба в колонне по одному на месте. Ходьба широким шагом. Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. Бег высоко поднимая колени	2

		<p><i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  бросание мяча друг другу с хлопком, поворотом, с отскоком от пола.  <i>Подвижная игра</i>  «Мяч об пол»</p> <p><i>III часть.</i>  <b><i>Игра малой подвижности</i></b>  «Запрещенное движение»</p>	
	Закреплять умение ударять мяч о пол и ловить его двумя руками	<p><i>I часть.</i>  Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Ходьба в рассыпную на пятках. Бег приставным шагом вправо, влево, с изменением темпа.</p> <p><i>II часть</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  ударять мяч о пол и ловить его двумя руками.  <i>Подвижная игра</i>  «Мяч не теряй»</p> <p><i>III часть.</i>  <b><i>Игра малой подвижности</i></b>  «Летает – не летает»</p>	2
Ноябрь	Учить действовать парами, бросать мяч друг другу с хлопком	<p><i>I часть.</i>  Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Ходьба в рассыпную на пятках. Бег приставным шагом вправо, влево, с изменением темпа.</p> <p><i>II часть</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  бросание мяча друг другу с хлопком  <i>Подвижная игра</i>  «Мяч по кругу»</p> <p><i>III часть.</i>  <b><i>Игра малой подвижности</i></b>  «Горячая картошка»</p>	2
	Учить выполнять более сложные задания: бросать и ловить мяч друг другу в разных положениях	<p><i>I часть.</i>  Ходьба на пятках, на наружных сводах стопы, в рассыпную. Бег на носках, с захлестыванием голени, высоко поднимая колени.</p> <p><i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения</i></p>	2

		<p>с мячом</p> <p><i>Основные виды движений:</i> бросание мяча друг другу в разных положениях: стоя на коленях, сидя по-турецки, лежа.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Кенгуру»</p> <p><i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> «Пять шагов»</p>	
	Развивать быстроту выполнения движений	<p><i>I часть.</i> Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Ходьба в рассыпную на пятках. Бег приставным шагом вправо, влево, с изменением темпа.</p> <p><i>II часть</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i></p> <p><i>Основные виды движений:</i> бросание мяча вперед снизу от груди, через голову назад двумя руками.</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Летучий мяч»</p> <p><i>III часть .</i> <i>Игра малой подвижности</i> «Смелый охотник»</p>	2
	Воспитывать интерес к результату деятельности. Учить самостоятельно действовать с мячом, работать в коллективе и ощущать себя частью этого коллектива	<p>Самостоятельные игры и упражнения с мячом</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Школа мяча»</p>	2
Декабрь	Закреплять умения по отбиванию мяча о пол рукой	<p><i>I часть.</i> Ходьба в колонне по одному. Ходьба приставным шагом в сторону, назад. Ходьба с остановкой, приседанием, поворотом. Бег «змейкой», бег со сменой направляющего.</p> <p><i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i></p> <p><i>Основные виды движений:</i> отбивать мяч о пол поочередно одной и другой рукой подряд</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Будь внимателен»</p> <p><i>III часть.</i></p>	2

		<i>Игра малой подвижности</i> «Повтори наоборот».	
	Учить двигаться быстро, уверенно, энергично. Способствовать воспитанию сдержанности, ловкости и умению дружно играть	<i>I часть.</i> Ходьба в колонне по одному. Ходьба в полуприседе .Бег на носках, высоко поднимая колени. Ходьба спиной вперед. Бег широким и мелким шагом. <i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения</i> с мячом <i>Основные виды движений:</i> отбивать мяч о пол рукой продвигаясь бегом. <i>Подвижная игра</i> «Ножной мяч в круге» <i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> «Фантазеры»	2
	Обучать сочетать ведение мяча с забрасыванием в баскетбольную корзину	<i>I часть.</i> Ходьба в колонне по одному на месте. Ходьба широким шагом. Ходьба приставным шагом с притопом и прихлопом. <i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения</i> с мячом <i>Основные виды движений:</i> отбивать мяч о пол одной рукой продвигаясь вперед шагом и забрасывать мяч в баскетбольную корзину. <i>Подвижная игра</i> « Мотоциклисты» <i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> .«Приветтики»	2
	Учить самостоятельно действовать с мячом. Способствовать умению дружно играть.	Самостоятельные игры с мячами. Подвижная игра «Салют»	1
Январь	Учить отбивать мяч о пол правой рукой в движении по кругу	<i>I часть.</i> Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Ходьба враспынную на пятках. Бег приставным шагом вправо, влево, с изменением темпа. <i>II часть</i> <i>Общеразвивающие упражнения</i> с мячом <i>Основные виды движений:</i> отбивать мяч о пол ,правой рукой по	2

		<p>кругу.  <i>Подвижная игра</i>  «Не оставайся на полу с мячом»  <i>III часть.</i>  <i>Игра малой подвижности</i>  «День и ночь»</p>	
	Развивать быстроту выполнения движений.	<p><i>I часть.</i>  Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Ходьба в рассыпную на пятках. Бег приставным шагом вправо, влево, с изменением темпа.  <i>II часть</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  отбивать мяч о пол правой рукой, продвигаясь бегом «змейкой»  <i>Подвижная игра</i>  «Мотоциклисты»  <i>III часть.</i>  <i>Игра малой подвижности</i>  «Эхо»</p>	2
Февраль	Учить точно выполнять метание в цель	<p><i>I часть.</i>  Ходьба и бег с перешагиванием через кубики. Ходьба «сидя», руки на поясе. Прыжки с продвижением вперед ноги вместе-ноги врозь. Бег высоко поднимая колени.  <i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  метание в горизонтальную цель правой и левой рукой с расс.3-4 м.  <i>Подвижная игра</i>  «Вызовы по номерам»  <i>III часть.</i>  <i>Игра малой подвижности.</i>  «Дракон»</p>	2
	Закреплять умения метанию в даль	<p><i>I часть.</i>  Ходьба в колонне «змейкой», с остановкой по сигналу сесть по-турецки без помощи рук. Ходьба «гусиным» шагом. Бег мелким и широким шагом. Ходьба приставным шагом вперед и назад.  <i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  метание в даль на расстояние 5-9 м</p>	2





		<p><i>Основные виды движений:</i>  Перебрасывание мяча двумя руками через шнур из-за головы.  <i>Подвижная игра</i>  «Красный, синий, кто за ним?»  <i>III часть.</i>  <i>Игра малой подвижности</i>  «Переправа на плотках»</p>	
	Способствовать воспитанию сдержанности, ловкости и умению дружно играть	Игры-эстафеты	1
Апрель	Учить отбивать мяч через сетку	<p><i>I часть.</i>  Ходьба и бег с перешагиванием через кубики. Ходьба «сидя», руки на поясе. Прыжки с продвижением вперед ноги вместе-ноги врозь. Бег высоко поднимая колени.  <i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  отбивание мяча через сетку, элементы баскетбола.  <i>Подвижная игра</i>  «Ловкая пара»,  «Мяч капитану».  <i>III часть.</i>  <i>Игра малой подвижности</i>  «Озорные гномы»</p>	2
	Учить прокатывать мяч ногой в прямом направлении	<p><i>I часть.</i>  Ходьба в колонне «змейкой», с остановкой по сигналу сесть по-турецки без помощи рук. Ходьба «гусиным» шагом. Бег мелким и широким шагом. Ходьба приставным шагом вперед и назад.  <i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  прокатывание мяча ногой .  <i>Подвижная игра</i>  «Футболист»  <i>III часть.</i>  <i>Игра малой подвижности</i>  «У кого мяч»</p>	2
	Учить прокатывать мяч ногой между предметами	<p><i>I часть.</i>  Ходьба в колонне по одному на месте. Ходьба широким шагом. Ходьба приставным шагом с</p>	2

		притопом и прихлопом. Бег «змейкой» <i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i> <i>Основные виды движений:</i> прокатывание мяча ногой между предметами. <i>Подвижная игра</i> «Кегельтир». <i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> «Фантазеры»	
	Учить самостоятельно придумывать упражнения с мячом.	Самостоятельные игры с мячами	2
Май	Обучать умению катать мяч ногой в ворота, с попаданием в ворота	<i>I часть.</i> Ходьба в колонне по одному. Ходьба в полуприседе .Бег на носках, высоко поднимая колени. Ходьба спиной вперед. Бег широким и мелким шагом. <i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i> <i>Основные виды движений:</i> катать мяч ногой в ворота на меткость (Элементы игры в футбол) <i>Подвижная игра</i> «Футбольный слалом» <i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> «Повтори наоборот»	2
		Мониторинг	2

### Учебно-тематическое планирование на III год обучения

Месяц	Задачи	Содержание занятия	Количество часов
Сентябрь	Формировать умение действовать с мячом, реагировать на сигнал.	Знакомство с историей возникновения мяча, с правилами спортивных игр с мячом.	1
		Мониторинг	1
		<i>I часть.</i> <i>Игра</i> «Играй, играй, мяч не теряй». <i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i> <i>Основные виды движений :</i> передача мяча двумя руками от груди стоя на месте, парами, в шеренге, по кругу. <i>Подвижная игра</i> «Ловишка в кругу» <i>III часть</i>	1

		<i>Игра малой подвижности «Съедобный-несъедобный».</i>	
Октябрь	Совершенствовать передачу и ловлю мяча. Обучать защитным действиям, развивать внимание и ориентировку в пространстве. Формировать ловкость действия с мячом. Добиваться правильного выполнения задания.	<i>I часть.</i> «У ребят порядок строгий». <i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i> <i>Основные виды движений:</i> передача мяча двумя руками от груди в движении парами. <i>Подвижная игра</i> «Ведение мяча парами», «Передай мяч». <i>III часть. Игра малой подвижности</i> «Передача шаров», «Холодно, горячо».	4
Ноябрь	Обучать детей передавать мяч в движении одной рукой, воспитывать умение помогать друг другу.	<i>I часть.</i> Игра «За мячом». <i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i> <i>Основные виды движений :</i> передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его. <i>Подвижная игра</i> «Зайцы и охотники», «Ловишки с мячом». <i>III часть . Игра малой подвижности</i> «Воротики», «Слушай сигнал»	3
Декабрь	Учить детей вести мяч на месте. Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости.	<i>I часть .</i> Ходьба на сигнал «поворот» повернуться, подбросить мяч вверх, поймать и идти в обратном направлении. Ходьба с передачей мяча из руки в руку под коленом. Бег с остановкой на сигнал. <i>II часть</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мячом.</i> <i>Основные виды движений :</i> ведение мяча на месте. <i>Подвижные игры</i> «Мотоциклисты», «Ловец с мячом». <i>III часть.</i> <i>Игра малой подвижности</i> «Снежинки и ветер», «Зимние забавы».	4
Январь	Обучать детей ведению мяча правой и левой рукой вокруг себя. Воспитывать уверенность в своих силах.	<i>I часть .</i> <i>Подвижная игра</i> «Сделай фигуру». <i>II часть.</i> <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i> <i>Основные виды движений:</i> ведение мяча вокруг себя правой и левой рукой. <i>Подвижные игры</i> «Вызовы по номерам», «Займи свободный кружок». <i>III часть .</i> <i>Игра малой подвижности</i> «Будь внимателен», «Запрещенное движение».	3

Февраль	Обучать детей ведению мяча, продвигаясь вперед шагом, бегом.	<p><i>I часть .</i>  <i>Подвижная игра</i> « Играй, играй, мяч не теряй»  <i>II часть .</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом.</i>  <i>Основные виды движений:</i>  ведение мяча, продвигаясь вперед шагом, бегом.  <i>Подвижные игры</i> «Скажи, какой цвет»; «Мяч капитану».  <i>III часть</i>  И.М.П. « Марафон мячей»; « Скажи и покажи».</p>	4
Март	Обучать детей бросать мяч в корзину. Формировать правильную осанку. Развивать глазомер.	<p><i>I часть .</i>  Ходьба обычная. Ходьба спиной вперед, с закрытыми глазами. Бег врассыпную.  Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.  <i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  бросок мяча в корзину (поставленную на пол), бросок мяча в корзину после ведения.  <i>Подвижные игры</i> «Переменил мяч»; «Ловишки с мячом».  <i>III часть</i>  <i>Игра малой подвижности</i>  «У нас славная осанка», «Один, двое».</p>	4
Апрель	Совершенствовать навык бросания мяча в цель двумя руками от груди, с места через сетку.	<p><i>I часть.</i>  Ходьба с заданием для рук. Пскоки , прыжки на двух ногах с продвижением вперед.  <i>II часть.</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений:</i>  бросок мяча в цель двумя руками от груди с места через сетку.  <i>Подвижные игры</i> «Передай мяч», «Стой».  <i>III часть</i>  Релаксация «волшебный сон», «Поворот».</p>	4
Май	Обучать бросать мяч в корзину. Подведение итогов-диагностическое обследование.	<p><i>I часть .</i>  Ходьба «змейкой», на носках, пятках. Бег с высоким подниманием колен.  <i>II часть .</i>  <i>Общеразвивающие упражнения с мячом</i>  <i>Основные виды движений :</i>  бросок мяча в корзину  <i>Подвижная игра</i> «Два круга с мячом».  <i>III часть.</i>  <i>Игра малой подвижности</i> «Не опоздай».</p>	3

## Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы «Школа мяча»

Форма обучения: очная

Форма организации образовательной деятельности обучающихся: занятие (по подгруппам) во II половине дня.

Продолжительность одного занятия - 20 минут.

Объем нагрузки в неделю - 2 занятия .

### Планируемые результаты освоения образовательной программы «Школа мяча»:

- усвоят навыки движений, овладеют правильными способами их выполнения;

- научатся самостоятельно действовать с мячом;

- улучшат свои коммуникативные способности в коллективной деятельности.

### Система оценки результатов освоения образовательной программы на I учебный год

#### Упражнения с передачей мяча

№ п.п	Тест	Условия выполнения	Результат		
			высокий 3балла	средний 2балла	низкий 1балл
1	Броски и ловля мяча в паре друг другу	Расстояние 1.5 м.			
2	Перебрасывание и ловля мяча по кругу	Расстояние 1.5м.			
3	Катание мяча друг другу из разных положений	Расстояние 1.5м.			

#### Упражнения с ведением мяча

1	Прокатывание мяча между двумя линиями	Длина 2-3 м, положенными на расстоянии 15-20 см одна от другой			
2	Катание мяча между предметами	Расстояние 40-50 см			
3	Скатывание по наклонной доске с попаданием в предмет				

#### Упражнения с броском мяча

1	Броски мяча из-за головы из разных положений	Расстояние 2 м			
2	Броски мяча от груди из разных положений	Расстояние 2 м			

3	Броски мяча об пол и ловля его двумя руками	4-5 раз подряд			
---	---	----------------	--	--	--

*Высокий уровень* от 19-27 баллов, ребенок освоил все элементы владения мячом, выполняет уверенно, свободно, в хорошем темпе.

*Средний уровень* от 10-18 баллов, ребенок освоил все элементы владения мячом, но допускает незначительные ошибки.

*Низкий уровень* от 0-9 баллов, ребенок допускает много ошибок, слабо координирован, глазомер слабо развит.

## **Система оценки результатов освоения образовательной программы на II учебный год**

### **Упражнения с передачей мяча**

№ п.п	Тест	Условия выполнения	Результат		
			высокий 3балла	средний 2балла	низкий 1балл
1	Переда мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя	Расстояние 2-2.5 м.			
2	Перебрасывание мяча через сетку друг другу	Расстояние 2-2.5м.			
3	Перебрасывание мяча друг другу и ловля мяча сидя и стоя, спиной друг другу, разными способами, в разных построениях	Расстояние 1.5.2м.			

### **Упражнения с ведением мяча**

1	Прокатывание мяча двумя руками между предметами	Длина 3-4м,			
2	Ведение мяча , продвигаясь между кеглями	Расстояние 3-4м			
3	Ведение мяча с дополнительными заданиями (поворотами)	Расстояние 3-4м			

### **Упражнения с броском мяча**

1	Бросание мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя	Расстояние 2 м			
2	Забрасывание мяча в баскетбольную корзину	Расстояние 2 м			
3	Бросание мяча в даль до указанных ориентиров	Расстояние 5-6 м			

*Высокий уровень* от 22-27 баллов, ребенок освоил все элементы владения мячом, выполняет уверенно, свободно, в хорошем темпе.

*Средний уровень* от 13-21 баллов, ребенок освоил все элементы владения мячом, но допускает незначительные ошибки.

*Низкий уровень* от 0-12 баллов, ребенок допускает много ошибок, слабо координирован, глазомер слабо развит.

### **Система оценки результатов освоения образовательной программы III год**

#### **Упражнения с передачей мяча**

№ п.п	Тест	Условия выполнения	Результат		
			высокий 3балла	средний 2балла	низкий 1балл
1	Передача мяча двумя руками в парах, стоя на месте.	Расстояние 2.5-3 м.	8-10 р	3-7 р	0-2 р
2	Передача мяча двумя руками в парах с отскоком о пол	Расстояние 3 м.	8-10 р	3-7 р	0-2 р
3	Передача мяча двумя руками в парах, продвигаясь вперед баковым галопом	Расстояние 10 м.	8-10 м	5-7 м	1-2 м

#### **Упражнения с ведением мяча**

1	Ведение мяча на месте двумя руками	Время 10 с	10-12 р	5-7 р	1-2 р
2	Ведение мяча правой и левой рукой вокруг себя	Время не ограничено	10-12 р	5-7 р	1-2 р
3	Ведение мяча правой и левой рукой, шагом продвигаясь вперед	Расстояние 10 м	10 м	5 м	1-2 м

#### **Упражнения с броском мяча в корзину**

1	Бросок мяча в корзину, поставленную на пол, способом от груди	Расстояние до корзины 2м	8-10 р	3-7 р	0-2 р
2	Бросок мяча в кольцо, стоя на месте, двумя руками, способом из-за головы	Расстояние до кольца 3 м	4-5 р	2-3 р	0-1 р
3	Бросок мяча в кольцо после ведения	Ведение 5 м	3 броска	1-2 броска	0

*Высокий уровень* от 24-30баллов, ребенок освоил все элементы владения мячом, выполняет уверенно, свободно, в хорошем темпе.

*Средний уровень* от 14-23 баллов, ребенок освоил все элементы владения мячом, но допускает незначительные ошибки.

*Низкий уровень* от 0-13баллов, ребенок допускает много ошибок, слабо координирован, глазомер слабо развит.



## Средства обучения

### Перечень оборудования (инструменты, материалы и приспособления)

Наименование оборудования (инструментов, материалов и приспособлений)	Количество
Флажки	20
Мяч ПВХ 22 см	25
Бубен	1
Кегли	6
Корзинка для метания предметов	1
Корзинка баскетбольная	2
Сетка волейбольная	1
Мишень навесная	1

### Перечень технических средств обучения:

Наименование технических средств обучения	Количество
Музыкальный центр	1
Ноутбук	1
Проектор	1