

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Нижневартовска детский сад №21 «Звездочка»**

ПРИНЯТА:

Педагогическим советом
Протокол №1
от 31.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО:

приказом заведующего МАДОУ
города Нижневартовска ДС №21
«Звездочка» 31.08.2023г.
Г.А. Крамчанинова

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

**физкультурно – спортивной направленности
«Школа мяча»**

**Инструктор по ФИЗО
Гулиева М.Э.**

г. Нижневартовск.

Содержание

Паспорт	3-4
1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	5-10
1.1. Пояснительная записка	
1.1.1. Цели и задачи реализации Программы	
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы	
1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.	
1.2. Планируемые результаты	
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	10-18
2.1. Особенности реализации программы	
2.2. Тематический план спортивной секции «Школа мяча» с детьми 5-8 лет	
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	18-22
3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	
3.2. Организационно-педагогические условия	
3.2.1 Учебный план	
3.2.2. Расписание занятий	
3.2.3. Календарный учебный план	
Список используемой литературы	
Приложение	23

Паспорт дополнительной образовательной программы «Проведение занятий в спортивных и физкультурных секциях»

Наименование дополнительной платной образовательной услуги	Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно – спортивной направленности «Школа мяча»
Основание для разработки программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ. 2. Постановление Правительства РФ от 15.08.2013г. №706 "Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг"; 3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» 4. Приказ Минпросвещения России от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; 5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 №09-3242); 6. Устав МАДОУ Разработана с учетом: Постановления Главного государственного санитарного врача РФ СП 2.4.3648-20 «Об утверждении «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
Заказчик Программы	Родители (законные представители)
Сроки реализации программы	1 год
Цель программы	Сформировать потребность в движении, развивать физические качества, двигательные умения и навыки у детей 5-7 лет через обучение элементам спортивных игр: баскетбол, футбол
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сформировать навыки и умения владения мячом 2. Обучение детей элементам игры в баскетбол, футбол 3. Развитие физических качеств: ловкости, силы, выносливости, глазомера 4. Развивать силовые качества при упражнениях с

	<p>набивным мячом</p> <p>5. Формировать коммуникативные навыки в коллективных играх</p> <p>6. Воспитывать положительное, эмоциональное отношение к занятиям физическими упражнениями.</p>
Объекты программы	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Педагоги, сотрудники МАДОУ города Нижневартовска ДС №21 «Звездочка». Дети от 5 до 7 лет, посещающие дошкольное учреждение
Составители программы	Инструктор по физической культуре Гулиева М.Э.
Ожидаемые результаты	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сформированность навыков и умений владения мячом 2. Овладение элементами игры в баскетбол 3. Развитие физических качеств: ловкости, силы, выносливости 4. Сформированность коммуникативных навыков в коллективных играх 5. Положительное, эмоциональное отношение к занятиям физическими упражнениями.
Оценка развития детей	<p>При реализации программы может проводиться индивидуальная оценка развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики исключительно для решения следующих образовательных задач: индивидуализации образования; оптимизации работы с группой детей.</p>
Организация контроля за реализацией Программы	<p>Контроль за реализацией программы осуществляет</p> <p>Заведующий ДОУ</p> <p>Заместитель заведующего по ВМР</p> <p>Совет родителей (законных представителей)</p>

І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно – спортивной направленности «Школа мяча» разработана на основе дополнительной образовательной программы «Физическая культура дошкольникам» Л.Д.Глазырина и «Баскетбол для дошкольников» Адашкявичене Э.И.

❖ Основание для разработки программы:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ.
2. Правительства РФ от 15.08.2013г. №706 "Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг";
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта
4. дошкольного образования»
5. Приказ Минпросвещения России от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 №09-3242);
7. Устав МАДОУ

Разработана с учетом:

- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении правил СП 2.4.3648 - 20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм правил СанПиН1.2.3685 – 21 «Гигиенические нормы и требования к обеспечению безопасности и (или) безопасности для человека факторов среды обитания.

1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цель программы: Сформировать потребность в движении, развивать физические качества, двигательные умения и навыки у детей 5-7 лет через обучение элементам спортивных игр: баскетбол, футбол

Задачи.

1. Сформировать навыки и умения владения мячом
2. Обучение детей элементам игры в баскетбол

3. Развитие физических качеств: ловкости, силы, выносливости, глазомера
4. Развивать силовые качества при упражнениях с набивным мячом
5. Формировать коммуникативные навыки в коллективных играх
6. Воспитывать положительное, эмоциональное отношение к занятиям физическими упражнениями.

Задачи для детей 5-6 лет

1. Формировать двигательную деятельность детей, знакомя их с разнообразными действиями с мячом.
2. Воспитывать положительное, эмоциональное отношение к занятиям физическими упражнениями.
3. Упражнять в бросании и ловле мяча, передаче мяча в разных направлениях
4. Упражнять в ведении мяча мягкими и плавными движениями, осуществлять отбивание мяча об пол стоя на месте, с продвижением вперед.
5. Упражнять в передаче мячей из рук в руки, стоя в кругу, в шеренгах, в колоннах, сидя на гимнастических скамейках
6. Учить бросать мяч в баскетбольную корзину, перебрасывать мяч через сетку
7. Развивать силовые качества при упражнениях с набивным мячом
8. Учить бросать набивной мяч из-за головы, снизу, из разных исходных положений
9. Формировать у детей уверенность в себе и своих возможностях, поощрять игры в коллективе.

Задачи для детей 6-7 лет:

1. Дать детям представление о сущности игры в баскетбол, ее правилах (ведение мяча двумя и одной рукой, передача мяча в статическом положении и при движении, броски в щит и корзину и т.д.)
2. Изучить основные элементы игры в баскетбол: формировать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину и умение применять их в игровой ситуации.
3. Формировать умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с ним.
4. Учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила.
5. Развивать умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.
6. Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Принцип осознанности и активности направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм. ребенок учится самостоятельно и творчески решать двигательные задачи. Он осваивает пространственную терминологию, осознанно выбирает

рациональный способ двигательного действия; придумывает комбинации движений, их варианты, организовывает знакомые игры и придумывает свои.

Принцип активности предполагает в ребенке высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества.

Принцип систематичности проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению нового движения и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Регулярность, планомерность, непрерывность физического воспитания на протяжении всего дошкольного возраста обеспечивают принцип систематичности

Принцип повторения двигательных навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений образуются двигательные навыки, вырабатываются динамические стереотипы. Система повторения физических упражнений строится на усвоении нового и повторении в разнообразных вариантах разученных движений. Характер вариативности упражнений может проявляться в изменении упражнений и условий их выполнения, в разнообразии методов и приемов, в различных формах физкультурных занятий.

Принцип наглядности - предназначен для связи чувствительного восприятия с мышлением. Он способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в движении. В практике физического воспитания используется непосредственная и опосредованная наглядность. Непосредственная наглядность выражается в показе педагогом разучиваемого двигательного действия. Наглядность облегчает выполнение двигательных заданий, развивает интерес к физическим упражнениям, ускоряет формирование двигательных умений и навыков, развивает двигательные способности. При разучивании новых движений принцип наглядности осуществляется путем безукоризненного, красивого, четкого показа (непосредственной зрительной наглядности). Это обеспечивает точное восприятие движения, формирует правильное представление о нем.

Принцип доступности и индивидуализации. Соблюдение принципа доступности в физическом воспитании требует от педагогов определения меры доступного. Она зависит от индивидуальных возможностей ребенка и от объективных трудностей, возникающих при выполнении определенного упражнения.

Важную роль в этом играет подбор посильных для ребенка нагрузок, которые по степенно усложняются в различных формах двигательной деятельности, а также при распределении программного материала на занятиях. Использование подготовительных и подводящих упражнений способствует преодолению трудностей при усвоении двигательных навыков.

Принцип индивидуализации предполагает необходимость учета функциональных возможностей, типологических особенностей детей. Он позволяет улучшать врожденные задатки, развивать способности, тренировать нервную систему, воспитывать положительные качества и способности ребенка. Опираясь на индивидуальные особенности, педагог всесторонне развивает ребенка, планирует и прогнозирует его развитие. С учетом уровня

индивидуальной подготовленности ребенка, его двигательных способностей и состояния здоровья намечаются пути совершенствования двигательных навыков, построения двигательного режима, приобщения к разным формам двигательной деятельности.

Принцип непрерывности — выражает основные закономерности построения занятий в физическом воспитании. Это один из важнейших принципов, обеспечивающих последовательность и преемственность между занятиями, частоту и суммарную протяженность их во времени. Принцип непрерывности выражает закономерности построения физического воспитания как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха. Сочетание высокой активности и отдыха в разных формах двигательной деятельности ребенка повышает их эффективность, что выражается в динамичности закономерных изменений содержания и формы параметров функциональных нагрузок от занятия к занятию, от этапа к этапу.

Принцип оздоровительной направленности решает задачи укрепления здоровья ребенка. Подбор физических упражнений для ребенка направлен не только на профилактику нарушения осанки, состояния здоровья, но и на всестороннее оздоровление организма, повышение его работоспособности, совершенствование психофизических качеств, поддержание эмоционально-положительного состояния, жизнерадостности. Все принципы физического воспитания осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность физического воспитания и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребенка к обучению в школе, формируют любовь к занятиям физическими упражнениями, спортом.

1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Основными участниками реализации программы дополнительной платной услуги являются воспитанники старшего дошкольного возраста.

Программа реализуется на государственном языке согласно ст.14 Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

В Программе учитываются индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования, индивидуальные потребности отдельных категорий детей.

Старший дошкольный возраст (от 5-7 лет).

Физическое развитие ребенка неуклонно совершенствуется. Дети становятся все более выносливыми, ловкими, сильными.

К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные **движения**, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут

совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений). Они могут играть в различные командные игры, осваивать различные виды спорта.

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

Возможности физического развития	
К концу шестого года жизни	К концу седьмого года жизни
Пробежать ребенок уже может и двести, и триста метров, причем довольно быстро. Появляется большая ловкость, сноровка, причем бегать он может уже не только по ровной поверхности, но и ловко обегая холмики и перескакивая через ямки и канавки	Ребенок уже хорошо может выполнять различные виды ходьбы и бега, может пользоваться ими в различных ситуациях, он довольно вынослив, может долгое время бежать, что называется, «сломя голову», немного передохнуть и вновь продолжить неугомонный бег
Движения становятся более уверенными и скоординированными. В этом смысле ребенок уже почти не отличается от взрослого. Он с закрытыми глазами легко может прикоснуться к своему уху, носу. Ловко ловит мяч и так же ловко может бросить его в цель	Ребенок становится еще более ловким и метким, может играть в различные игры с мячом, ловко с ним управляясь, может попасть мячом в цель с 4-5 метров, метать в движущуюся цель, действовать левой и правой рукой
Заметно лучше становится чувство равновесия: ребенок спокойно проходит по узкой скамейке, бревну, доске	Дети могут сохранять правильную осанку
Дети этого возраста становятся увереннее в прыжках. На лестнице могут перепрыгивать через ступеньку, а на ровной площадке даже через несколько предметов. Начинают постигать «науку» использования скакалки, что очень важно, так как это развивает систему согласованных действий всего тела.	К семи годам ребенок может играть в такие спортивные игры, как бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис

1.4. Планируемые результаты

К концу года дети должны уметь:

1. действовать по сигналу инструктора по физической культуре, быстро реагировать на сигнал;
2. играть с мячом, не мешая другим;
3. согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);
4. бросать и ловить мяч:
 - двумя руками снизу-вверх;
 - двумя руками снизу-вверх с хлопком впереди;
5. передача мяча в парах двумя руками снизу;
6. передача мяча в парах двумя руками из-за головы;
7. передача в парах двумя руками от груди;
8. передача мяча друг другу;
9. метать мяч с расстояния в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками снизу;
10. метать мяч с расстояния в вертикальную цель;
11. метать мяч с расстояния в баскетбольный щит с места;
12. метать набивной мяч в даль

Ожидаемые результаты:

1. Сформированность навыков и умений владения мячом
2. Овладение элементами игры в баскетбол
3. Развитие физических качеств: ловкости, силы, выносливости
4. Сформированность коммуникативных навыков в коллективных играх
5. Положительное, эмоциональное отношение к занятиям физическими упражнениями.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Особенности реализации программы

Программа представляет собой систему, позволяющую научить ребенка свободно владеть мячом, передвигаться с ним по площадке в различных направлениях, развитие скоростных качеств, преодоление контакта с противником и создание условий для завершающего броска по кольцу. Программа предусматривает как индивидуальное умение владения с мячом, так и действие в микрокомандах – парами, тройками, пятерками. Перспективное планирование обеспечивает освоение программного материала в определенной последовательности. Повторяемость занятий позволяет закреплять умения и навыки.

Форма обучения – игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

Методы, используемые на занятиях:

словесные (объяснение упражнения, указание, распоряжение и команда, рассказ, беседа);

наглядные (показ, имитация, звуковые и зрительные ориентиры, использование наглядных пособий);

практические (упражнения, конкретные задания, игровые приемы, поддержка и помощь, соревнования).

Последовательность обучения.

	Содержание упражнений
Обучение технике передачи - ловли мяча.	Бросаем мяч вверх и ловим его двумя руками (одной).
	Бросаем мяч вниз и ловим двумя руками (одной).
	Перебрасываем мяч вверх, вниз чередуя руки.
	Бросаем мяч вверх с ударом вниз об пол, ловим двумя руками.
	Бросаем мяч вверх, с хлопком перед собой и ловим.
	Бросаем мяч вверх, с хлопком за спиной и ловим.
	Ударяем мяч об пол с поворотом кругом и ловим.
	Бросаем мяч из-за головы двумя руками вдаль.
	Передаем мяч по кругу вправо, влево.
	Подбрасываем мяч при ходьбе, ловим его двумя руками.
Упражнения, подготавливающие к ведению мяча	Ударяем мяч об пол одной рукой и ловим его двумя руками.
	Отбиваем мяч на месте правой (левой) рукой.
	Ведем мяч правой (левой) рукой в разных направлениях.
	Чередуем подбрасывания мяча с ударами об пол.
	Ведем мяч, ударяя ладонью по нему.
Упражнения и игры, подготавливающие к броску мяча в корзину	Перебрасываем мяч через веревку, натянутую выше головы ребенка.
	Бросаем мяч в обруч, расположенный на полу, снизу, сверху и из-за головы.
	Бросаем мяч в вертикальную цель.
Упражнения и игры с передачей мяча.	Бросаем мяч двумя руками друг другу снизу.
	Бросаем мяч двумя руками от груди друг другу.
	Бросаем мяч двумя руками друг другу от груди при движении парами.
Упражнения и игры с ведением мяча	Отбиваем мяч руками, стоя на месте.
	Отбиваем мяч рукой, ведя вокруг себя.
	Отбиваем мяч, продвигаясь шагом.
Упражнения и игры	Бросаем мяч в корзину (поставленную на пол) удобным

с бросками мяча в корзину	для детей способом.
	Бросаем мяч в цель двумя руками от груди с места.
	Бросаем мяч в корзину двумя руками.
	Бросаем мяч в корзину от плеча.
Упражнения и игры с прокатыванием мяча ногами.	Прокатываем мяч правой и левой ногой в заданном направлении.
	Прокатываем мяч ногой друг другу.
	Забиваем мяч в ворота.
	Прокатываем мяч ногой между кеглями змейкой, между предметами.

I. Подготовительная работа.

1. Дети должны освоить технику игры в баскетбол, состоящую из двух видов действий: движения, которые выполняются без мяча или с мячом в руках без передачи его партнеру (стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения)
2. Действия с мячом: ловля, передача, ведение и забрасывание в корзину.
3. Основная стойка баскетболиста: ноги согнуты в коленях, расставлены на ширине плеч, одна из них выставлена на полшага вперед, тело направляется вперед, тяжесть его распределяется равномерно на обе ноги.
4. Руки согнуты в локтях и находятся около туловища.
5. Перемещение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами.

II. Обучение способам действия.

1. Учить детей остановкам необходимо в такой последовательности: остановка после ходьбы, потом после бега в медленном темпе, после бега в быстром темпе и неожиданная остановка
2. Учить ребенка правильно держать мяч: и.п. держать мяч на уровне груди обеими руками, при этом руки должны быть согнуты, локти опущены вниз, кисти рук лежат сзади/сбоку, пальцы широко расставлены.
3. Учить детей встречать мяч руками, следить за его полетом.
4. Мяч в руках долго не задерживать, действовать быстро (передавать его другому, бросать, вести и т.д.).
5. При передаче мяча держать его на уровне груди.
6. Ведение мяча осуществлять с высоким отскоком.
7. Учить ребенка правильно держать спину, не наклоняться к мячу, видеть площадку, не бить по мячу, а толкать его вниз, вести вперед – сбоку, а не прямо перед собой, смотреть вперед, а не вниз на мяч.
8. Забрасывать мяч в корзину двумя руками от груди (при этом способе игрок описывает небольшую дугу и, выпрямляя руки вверх бросает мяч в корзину).

9. Одной рукой от плеча (мяч находится на ладони согнутой в локтевом суставе и придерживается другой; слегка согнутые ноги выпрямляются, одновременно рука с мячом выносится вперед-вверх и мяч толчком кисти руки направляется в корзину).
10. Первоначальное расстояние до корзины в период обучения броскам по кольцу 1м, потом 2 -2,5м, высота детского щита с корзиной 1,5 – 2м.

III. Подводящие упражнения.

1. Отбивание мяча двумя руками (по очереди) на месте.
2. Ведение мяча, передвигаясь шагами,
3. Ведение мяча, передвигаясь бегом по прямой
4. Ведение мяча, передвигаясь со сменой направления
5. Ведение мяча при противодействии другого игрока

IV. Организация игры.

1. Игра делится на два тайма по 5 минут.
2. Между таймами планируется обязательный перерыв.
3. Педагог следит за продолжительностью игры.
4. Во время перерыва происходит замена уставших детей.
5. При перелетании мяча через боковую линию игра останавливается.
6. Возвращает мяч в игру команда противника
7. С мячом в руках игрок может сделать не более 3 шагов. После этого он должен вести мяч, передать его другому игроку или забросить в корзину
8. Запрещается вести мяч двумя руками одновременно
9. Запрещается бежать с мячом в руках
10. Запрещается толкать игроков, держать их за одежду, руки.

Условия для эффективности проведения занятий:

- построение занятий в соответствии с задачами на данный период, основными физиологическими принципами и уровнем подготовленности детей;
- использование разнообразных методических приемов и способов организации детей
- последовательность при обучении детей движениям, подбор и сочетание нового материала с повторением и закреплением усвоенного, распределение физической нагрузки на детский организм на протяжении всего занятия;
- развитие у детей физических и нравственно- волевых качеств личности;
- использование разнообразного спортивного инвентаря, музыкального сопровождения, повышающих эмоциональное состояние и активность детей при выполнении упражнений

2.2. Основные требования к уровню подготовки детей 5-7 лет по программе

У детей старшего дошкольного возраста при систематическом обучении значительно улучшаются навыки владения мячом. Они свободно его держат, передают, бросают. Дети умеют следить за полетом мяча и устремляются в

сторону летящего мяча, стараясь поймать его. Такие движения с мячом, как перебрасывание друг другу, ловля, бросание в цель у детей младшего школьного возраста становится правильнее, свободнее, все движения достигаются определенного уровня совершенства. Поэтому на базе уже имеющихся движений появляется возможность формировать достаточно сложные действия с мячом, навыки выполнения их определенными способами.

Ребенок старшего дошкольного возраста в состоянии понять сущность коллективной игры с мячом, цель и правила ее. Во время игры он должен уметь определять расстояние, траекторию полета мяча, его вес и упругость, уметь ориентироваться на площадке, находить более удобное место для ведения игры. Формирование этих умений чрезвычайно важно для организации целесообразных взаимодействий играющих в коллективе детей при ловле, бросании, передаче, ведении и других действиях с мячом. В 5-7 лет дети могут подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.

Игра в баскетбол – командная, совместные действия игроков в ней обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, прыжки, метания, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнеров по игре. Техника игры в баскетбол складывается из двух видов действий. Для одного из них характерны движения, выполняемые без мяча и с мячом в руках без его передачи партнеру. К ним относятся: стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения. Второй вид действий более специфичный для баскетбола – ловля, передача, ведение и броски в корзину. Они выполняются разными способами в зависимости от умения детей, их физической подготовленности. Важнейшим требованием к уровню подготовки воспитанников является принцип отбора содержания для начального обучения приемам игры в баскетбол детей. Выделение тех действий с мячом и без него, которые составляют основу техники любой подвижной игры с мячом, которые доступны детям дошкольного возраста, соответствуют его физическому развитию и дают наиболее эффективный результат в решении игровых задач. Отобранные для разучивания действия должны обеспечить соответствие необходимых для их усвоения напряжения сил с уровнем развития занимающихся.

Формы подведения итогов реализации дополнительной программы:

- проведение спортивного праздника,
- открытые показы занятий для родителей,
- участие в соревнованиях,
- оформление фотостенда.
- Участие в городских спортивных конкурсах в течение года.

2.3. Тематический план с детьми 5-6 лет

Занятия	Цели.
---------	-------

<p style="text-align: center;">Октябрь</p> <p>1. Катаем и бросаем мяч.</p> <p>1. Катание мяча, шарика с попаданием в предметы (кегли), катание «змейкой» между предметами.</p> <p>2. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками</p> <p>3. Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.</p> <p>4. Самостоятельные игры и упражнения</p>	<p><i>Подвижные игры:</i></p> <p><i>Прокати и попади.</i></p> <p><i>Сбей городок</i></p> <p><i>Мяч сквозь обруч.</i></p>	<p>Закреплять навыки катания мячей.</p> <p>Обучать действовать с мячом в соответствии с направлением и расстоянием расположенных предметов.</p> <p>Развивать глазомер.</p>
<p style="text-align: center;">Ноябрь</p> <p>1. Бросание мяча друг другу с хлопком.</p> <p>2. Бросание мяча друг другу и ловля из положения сидя.</p> <p>3. Бросание мяча друг другу и ловля с поворотом кругом.</p> <p>4. Футбол</p>	<p><i>Мяч среднему</i></p> <p><i>Ловкая пара</i></p> <p><i>Ловишки с мячом</i></p> <p><i>Игры-эстафеты</i></p>	<p>В самостоятельных играх соблюдать правила, очередность.</p> <p>Воспитывать интерес к результату деятельности.</p>
<p style="text-align: center;">Декабрь</p> <p>1. Бросание мяча друг другу и ловля с отскоком от земли.</p> <p>2. Бросание мяча друг другу и ловля в движении.</p> <p>Отбиваем мяч.</p> <p>3. Отбивать мяч о землю двумя руками стоя на месте.</p> <p>4. Самостоятельные игры с мячами.</p>	<p><i>Мяч на ступеньках</i></p> <p><i>Попади в цель</i></p> <p><i>Мяч водящему</i></p>	<p>Выполнять более сложные задания - прокатить мяч «змейкой» между предметами.</p> <p>Ознакомить со способами действий с мячами.</p> <p>Применять атрибуты и предметы для упражнений и игр с мячами.</p> <p>Активно участвовать в играх.</p> <p>Действовать парами, колонной, по кругу.</p>
<p style="text-align: center;">Январь</p> <p>1. Отбивать мяч о землю двумя руками, продвигаясь вперед шагом в прямом направлении.</p> <p>2. Отбивать мяч о землю одной рукой (правой и левой), продвигаясь вперед.</p> <p>3. Хоккей с мячом</p>	<p><i>Догони мяч</i></p> <p><i>Кати в цель</i></p>	<p>Развитие внимания, реакции: следить за направлением летящего мяча, правильно рассчитывать и выполнять</p>
<p style="text-align: center;">Февраль</p> <p>1. Отбивать мяч о стенку с хлопком, поворотом, отскоком от земли.</p> <p>Метаем.</p> <p>2. Метание в горизонтальную цель снизу правой и левой рукой с расстояния 3-4 м.</p> <p>3. Метание в вертикальную цель (центр</p>	<p><i>Брось-догони</i></p> <p><i>Подвижная мишень</i></p> <p><i>Быстрый мячик</i></p> <p><i>Игры-эстафеты</i></p>	<p>и выполнять</p>

которой на высоте 2м от земли) правой и левой рукой.		движение. Обучать приемами игры с мячом.
4. Метание в вертикальную цель.		Сочетать упражнения с ходьбой.
Март 1.Метание вдаль мячей разного веса правой и левой рукой.	<i>Не упусти шарик</i> <i>Мяч о пол</i> <i>Сбей мяч</i> <i>Игры-эстафеты</i>	Действовать как правой, так и левой рукой.
2.Забрасывание мяча в горизонтальную цель.		Выполнять движения с мячом одновременно.
3.Бросание двумя руками набивного мяча.		Обучать метанию вдаль и цель (исходное положение ног, замах).
4. Играем в баскетбол		Привлекать к участию в играх с элементами баскетбола, волейбола, футбола.
Апрель 1.Бросание мяча в баскетбольную корзину.	<i>Ловля мячей скачками</i> <i>Ловкая пара</i> <i>Попади в ворота</i>	
Прокатываем ногами. 1. Забрасывание мяча в ворота		
2. Прокатывание мяча ногой.		
3. Прокатывание мяча ногой между предметами.		
4. Самостоятельные игры с мячами. Веселые соревнования (итоги)		
Май		Привлекать к участию в играх с элементами баскетбола, волейбола, футбола.
Игра в баскетбол		
Хоккей с мячом на траве		
Игра в футбол		

2.4. Тематический план занятий спортивной секции «Школа мяча» с детьми 6 лет до окончания образовательных отношений

2 год обучения		
Занятия		Цели
Октябрь 1.Катаем и бросаем мяч. 1.Катание в заданном направлении. Бросание мяча вверх и ловля двумя руками.	<i>Подвижные игры:</i> <i>Точный удар.</i> <i>Не упусти мяч</i> <i>Полоса</i>	Закрепить правильные способы выполнения детьми катания, бросания и ловли, метания в

2.Бросание мяча вверх и ловля одной рукой.	<i>препятствий</i>	цель и вдаль. Воспитывать самостоятельность в действии с мячом. Выполнять более сложные задания: бросать и ловить в разных положениях.
3.Бросание мяча друг другу с хлопком, с поворотом, с отскоком от земли, в косом направлении.		
4.Самостоятельные игры и упражнения.		
Ноябрь	<i>Передача Сбей обруч. Брось-поймай Игры-эстафеты</i>	Действовать с набивным мячом: бросок двумя руками разными способами. Выполнять усложненные задания по отбиванию мяча о землю двумя и одной рукой. Закреплять умения управлять движением мяча, мягко отталкивать его пальцами рук, ударять о землю сбоку от ноги.
1.Бросание мяча друг другу в разных положениях: стоя лицом и спиной, стоя на коленях, сидя по-турецки, лежа.		
2.Катание друг другу набивного мяча.		
3.Бросание набивного мяча вперед снизу, от груди, через голову назад.		
4. Играем в баскетбол		
Декабрь	<i>Кто быстрее Поймай мяч Играй, играй, мяч не теряй! Игры с элементами баскетбола.</i>	Обучать ведению мяча правой и левой рукой. Выполнять движения с усложненными заданиями: ограниченные линии, зигзагом между предметами, вокруг обруча. Развивать быстроту выполнения движений. Обучать сочетать ведение мяча с
Отбиваем мяч.		
1.Отбивание мяча о землю поочередно одной и другой рукой несколько раз подряд.		
2.Отбивать мяч о землю двумя руками, продвигаясь бегом.		
3.Отбивать мяч о землю одной рукой, продвигаясь вперед в одном направлении.		
4.Самостоятельные игры с мячами.		
Январь	<i>Проведи мяч. Быстрый мяч.</i>	
1.Отбивать мяч о землю, продвигаясь по кругу.		
2.Отбивать мяч о землю, двигаясь «змейкой».		
3.Забрасывание мяча в ворота		
4. Хоккей с мячом		
Февраль	<i>Мишень-корзинка. Волейбол с воздушными шарами. Волейбол с воздушными шарами.</i>	
Метаем		
1.Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 4-5м.		
2.Метание вдаль на расстояние 6-12 м правой и левой рукой.		
3.Метание в вертикальную цель правой и левой рукой.		

4. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой	<i>Игры-эстафеты</i>	забрасываем в баскетбольную корзину.
Март	<i>Попади в цель</i>	Точно выполнять метание в цель.
1. Метание в движущуюся цель правой и левой рукой.	<i>Горизонтальная мишень.</i>	Закреплять навыки бросания и метания в играх.
2. Метание вдаль с нескольких шагов.	<i>Выстрел в небо</i>	Учить придумывать интересные способы отбивания и ловли мяча.
3. Забрасывание мяча в баскетбольную корзину.	<i>Игры-эстафеты</i>	Привлекать к участию в играх с элементами баскетбола, волейбола, футбола.
4. Играем в футбол		
Апрель	<i>Игры с клюшкой</i>	
1. Отбивание мяча через веревку (сетку), элементы баскетбола.	<i>Мы футболисты.</i>	
<i>Прокатываем ногами.</i>	<i>Игры с элементами футбола.</i>	
2. Прокатывание мяча ногами.		
3. Прокатывание мяча ногой, попадание в ворота.		
4. Самостоятельные игры с мячами. Веселые соревнования (итоги)		
Май		Привлекать к участию в играх с элементами баскетбола, волейбола, футбола.
Игра в баскетбол		
Хоккей с мячом на траве		
Играем в футбол		

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Методические материалы

1. Глазырина Л.Д. Программа «Физическая культура дошкольникам»
2. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М., 1983.
3. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М., 1992.
4. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. М., 1981.
5. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. – М., 1981.
6. Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!»: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. М., 2004.

7. Волошина Л.М., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта. М., 2004.
8. Данчева Р., Ганева М., Живкова К. Спортивно подготовительные упражнения и игры в детских садах. София, 1985.
9. Маврудиева Н. Подвижные игры как средство развития двигательных качеств и оформления специфических умений в обучении по минибаскетболу. Син., 2002.
10. Ноткина Н.А. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. – СПб., 1993.

Материально-техническое обеспечение:

Помещения для занятий:

1. Физкультурный зал

Технические средства:

1. Музыкальный центр

Оборудование:

- Корзина для хранения мячей
- Баскетбольные кольца
- Мячи набивные
- Мячи баскетбольные
- Мячи футбольные
- Мячи резиновые маленькие и большие
- Сетка волейбольная
- Кегли
- Ворота
- Мишени горизонтальные и вертикальные
- дуги, кольца

3.2. Организационно-педагогические условия

3.2.1. Учебный план

Наименование услуги	Количество занятий в неделю	Количество занятий в месяц.	Количество часов в неделю	Количество часов в год
Проведение занятий в спортивных и физкультурных секциях	2	8	2	72

3.2.2. Расписание занятий на 2023-2024 учебный год

Возраст	Дни недели
Старший дошкольный возраст 5-6 лет	Понедельник

	Среда 17.30 - 18.00
Старший дошкольный возраст 6-7 лет	Вторник Четверг 17.30 - 18.00

3.2.3. Учебно-тематический план

	Содержание упражнений	1год	2год	1 год обучения			2 год обучения		
		Количество занятий		Количество часов			Количество часов		
				теория (мин.)	практика (мин.)	Всего (мин)	теория	практика	Всего
1.	Катаем и бросаем мяч руками	8	8	30	2ч.40	3ч.20	30	3ч.	3ч.30
2.	Отбиваем мяч	8	6	20	1ч.20	1ч.40	25	2ч.30	2ч.55
3.	Метаем, забрасываем	8	8	35	2ч.55	3ч.30	30	3ч.	3ч.40
4	Прокатываем мяч ногами.	12	10	10	30	40	10	1ч.	1ч.10
5.	Элементы игры в баскетбол	10	12	10	30	40	10	1ч.	1ч.
	Элементы игры в футбол	8	10	10	30	40	10	1ч.	1ч.10
	Бросание мяча в корзину, через сетку	10	8	10	30	40	10	1ч.	1ч.10
6.	Самостоятельные игры с мячами	8	10	-	1ч.15	1ч.15	-	1ч.30	1ч.30
	Итого:	72	72	1ч.55	9.30	11ч.25	1ч.55	12ч.20	16ч.15

VI. Мониторинг освоения детьми программного материала

Оценка результативности программы проводится по методике Ноткиной Н.А.

Способы проверки знаний, умений и навыков детей

Задание	Условия выполнения	Высокий уровень 3балла	Средний уровень 2 балла	Низкий уровень 1балл
I блок: упражнения с передачей мяча				
Передача мяча двумя руками в парах, стоя на месте	Расстояние 2, 5-3м	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза
Передача мяча двумя руками в парах с отскоком о землю	3-4м	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза

Передача мяча двумя руками в парах, передвигаясь вперёд боковым галопом	10м (не уронить мяч)	8-10м	5-7м	1-2м
II блок: упражнения с ведением мяча				
Ведение мяча на месте двумя руками	10с	Более 10 раз	5-7 раз	1-2 раза
Ведение мяча правой и левой рукой вокруг себя	Время не ограничено	Более 10 раз	5-7 раз	1-2 раза
Ведение мяча правой и левой рукой, шагом продвигаясь вперёд	Расстояние 10м (не потерять мяч)	10м	5м	1-2м
III блок: упражнения с бросками мяча в корзину				
Бросок мяча в корзину, поставленную на пол, способом от груди	10 бросков, расстояние до корзины 2м	8-10 раз	3-7 раз	0-2м
Бросок мяча в кольцо, стоя на месте, двумя руками, способом из-за головы	5 бросков, расстояние до кольца 2,5-3м	4-5раз	2-3 раза	0-1раз
Бросок мяча в кольцо после ведения с фиксации остановки	3 броска, ведение – 5м	3 раза	1-2 раза	0
Сумма баллов		27	18	9

Высокий уровень – от 19 до 27 баллов, ребёнок освоил все элементы владения мячом, выполняет уверенно, свободно, в хорошем темпе. Уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом. Способен придумывать новые варианты действий с мячом. Правильно оценивает движения с мячом других детей.

Средний уровень – от 10 до 18 баллов, ребёнок выполняет все элементы владения мячом, но допускает незначительные ошибки. Технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Не совсем уверенно и точно выполняет действия с мячом в заданном темпе. Проявляет усилия, активность и интерес. Может придумывать и выполнять несложные действия с мячом.

Низкий уровень – от 0 до 9 баллов, ребёнок допускает много ошибок, слабо координирован, глазомер слабо развит. Неуверенно выполняет сложные упражнения с мячом. Не замечает своих ошибок. Не обращает внимание на качество действий с мячом. Не соблюдает заданный темп и ритм работы с мячом. Допускает ошибки в основных упражнениях с мячом. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке.

Литература

1. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М., 1983.
2. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М., 1992.
3. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. М., 1981.
4. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. – М., 1981.
5. Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!»: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. М., 2004.
6. Волошина Л.М., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта. М., 2004.
7. Данчева Р., Ганева М., Живкова К. Спортивно подготовительные упражнения и игры в детских садах. София, 1985.
8. Змановский Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми. М., 1989.
9. Маврудиева Н. Подвижные игры как средство развития двигательных качеств и оформления специфических умений в обучении по минибаскетболу. Син., 2002.
10. Ноткина Н.А. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. – СПб., 1993.

Игры с мячом

Эстафета. Играют две – три команды, которые выстраиваются в колонны по одному у лицевой линии. Перед каждой колонной расставляются 4 – 5 стоик на расстоянии 1,5 – 2 м. По сигналу учителя ученики, стоящие первыми начинают бег с ведением мяча, обегая стойки змейкой. Обегают последнюю стойку, возвращаются назад, передают мяч, а сами встают в конец колонны. Команда, игроки которой первыми выполнили упражнение, выигрывает.

Передал – садись! Играющих выстраивают в две – три колонны. Перед ними на расстоянии 2 – 4 м встают капитаны с мячами в руках. По сигналу капитаны передают мяч двумя руками от груди (или одной рукой от плеча) первым игрокам в колонне, которые ловят его, возвращают тем же способом обратно и принимают положение упора присев. Затем следует передачи вторым игрокам и т.д. Когда последний в колонне передает мяч капитану, тот поднимает его вверх – и вся команда быстро встает. Команда, сделавшая это раньше, побеждает.

Быстрая передача. Играющие в парах. Расстояние между учениками 4 – 5 м. По сигналу они начинают передавать мяч заданным способом. Пара, быстрее всех сделавшая 10 (15,20) передач, выигрывает.

Бросай – беги. Играющие стоят в двух разомкнутых на 3 – 4 шага шеренгах. Одна шеренга рассчитывается на первый-второй, а другая на второй-первый. Первые номера – одна команда, вторые – другая, У края каждой шеренги лежат мячи. По сигналу крайние игроки берут мяч, передают его по диагонали игроку своей команды, стоящему напротив, и сами бегут вслед за мячом. Игрок, получивший, передает его по диагонали игроку, стоящему напротив, и сам бежит на его место и т.д. Когда мяч достигнет крайних игроков, они ведут мяч, обегая противоположную колонну, на место игрока, начавшего передачу первым, и передают мяч по диагонали напротив, т.е. игра начинается сначала. Игра заканчивается, когда игроки, начавшие передачу первыми вернуться на свои места.

Мяч среднему. Играющих делят на две команды, которые образуют два круга. В центре каждого круга становится игрок с баскетбольным мячом. По сигналу игроки в центре поочередно бросают мяч своим игрокам и получают его обратно. Получив мяч от последнего, игрок в центре поднимает его вверх. Можно ввести дополнительное упражнение: игрок, получивший мяч от центрального, сначала должен ударить мячом о пол и только после этого передать мяч обратно.

Эстафета с ведением мяча. Играющие в двух – трех колоннах выстраиваются параллельно друг другу у лицевой линии. По сигналу первые ведут мяч до отмеченного места, останавливаются, бросают мяч в стену и ловят (вращают его вокруг себя; переводят с ведением мяч под ногой; и т.д.) С ведением возвращаются в конец колонны и прокатывают мяч первому под ногами всех участников. Следующие все повторяют. Команда, закончившая первой, побеждает.

Борьба за мяч. Играют две команды на баскетбольной площадке. Учитель в центре подбрасывает мяч между капитанами, которые стараются отбить его одному из своих игроков. Овладев мячом, игроки передают мяч друг другу (можно с ведением), а игроки противоположной команды пытаются овладеть мячом. Команда, сделавшая 10 передач подряд, получает очко. После этого игру начинают с центра. Команда, набравшая большее количество очков, побеждает.

Колесо. Играющие стоят в колоннах по три, расставленных лучами по окружности лицом от центра. У первых игроков по мячу. По свистку первые игроки бегут с ведением мяча по кругу, обегая колонны (в одном заданном направлении). Добегая до своей колонны, передают мяч из рук в руки первому, а сами встают в конец колонны. И так до тех пор, пока первый вновь не становится в начале. Выигрывает команда, выполнившая задание первой.

Гонка мячей по шеренгам. Две команды выстраиваются шеренгами. У первых игроков по мячу. По сигналу мяч передается стоящему рядом, тот следующему и так до последнего, который в том же порядке передает его назад. Передачи следуют обусловленным способом. Количество игроков в шеренгах одинаково. Выигрывает команда, закончившая передачи первой.

Вызов номеров. Две равные команды встают за лицевой линией с обеих сторон щита. Рассчитываются по порядку номеров, которые сохраняются за игроками на все время игры. Перед каждой командой ставится мяч. Тренер называет номер игрока, например, три. Оба третьих номера выбегают вперед, берут мяч и ведут его до стоек, обводя их, и возвращаются назад, поставив мяч на прежнее место. Затем вызываются другие номера. За каждого игрока, пришедшего первым, команда получает очко. За пять минут нужно набрать большее количество очков.

Эстафета с ведением мяча и броском в корзину. Две команды за чертой в колоннах. Сигнал – первые игроки ведут мяч до щита, бросают в корзину, в случае промаха подбирают мяч и бросают снова до попадания, затем с ведением возвращаются в колонну назад. Передавая мяч следующему, стать в конец колонны. При проведении эстафеты второй раз команды меняются местами.

Мяч своему. Две команды по 6-7 игроков. Один из игроков становится в круг (диаметр 2 м) – ловящий. Другой игрок (защитник) становится около круга соперников. Остальные располагаются произвольно. После розыгрыша в центре завладевшие мячом, передавая мяч друг другу, стараются подвести его к кругу и передать своему ловящему. Выигрывает команда, ловящий которой поймал мяч большее число раз за определенное время (5 - 10 минут). Игра по баскетбольным правилам.

Баскетбольные салочки. Одна команда, владея мячом, водит его и передавая друг другу, старается осалить мячом игроков другой команды. Салить можно, только не выпуская мяч из рук. Пробежки и осаливание броском мяча не допускаются. Осаленные садятся на скамейку. Затем команды меняются ролями. Играют оговоренное время, выигрывает команда, осалившая большее число соперников;

если играют до осаливания всех игроков убегающей команды, то выигрывает команда, справившаяся с задачей быстрее.

Салки с передачей мяча водящему. У всех играющих по баскетбольному мячу. Они перемещаются по площадке, убегая от водящих, и выполняют ведение мяча. Водящих в начале игры двое, у них один баскетбольный мяч. По сигналу учителя водящие, передавая мяч друг другу, перемещаются по площадке и стараются осалить играющих. Салить можно только касанием мяча, который держит в руках любой из водящих. Осаленный игрок кладет свой мяч на площадку и присоединяется к водящим, таким образом, в ходе игры число водящих все время увеличивается, а число убегающих уменьшается.

