

ПРИНЯТО  
На заседании Педагогического совета  
МБДОУ « Детский сад № 237»  
общеразвивающего вида  
Протокол № 1 от 31.08.20 17 г

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
« Детский сад № 237»  
общеразвивающего вида  
Т.А.Стрижова  
« 31 августа 2017 г

1.1.3. Система для разработки и реализации Программы учитывает в том числе характеристики особенностей развития детей разного и	10
1.1.4. Планируемые результаты освоения Программы конкретизируют требования Стандарта	13
1.1.5. Целевые ориентиры формируются участниками образовательных организаций с учетом возрастных возможностей и индивидуальных	13
1.2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1. Краткое тематическое планирование	14
2.2. <b>Дополнительная образовательная программа спортивной секции «Школа мяча(с элементами спортивных игр)» Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения МБДОУ «Детский сад №237» общеразвивающего вида</b>	45
2.3. Особенности выбора системы педагогического взаимодействия с семьей воспитанников	47
2.4. Часть Программы, формируемая участниками образовательных организаций, может включать различные направления, выбранные участниками образовательных организаций из числа парциальных и иных программ или созданных членом самостоятельно	49
2.5. Образовательные потребности, интересы и мотивы детей, семьи их мамы и папы	50
3.0. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1. Описание материально-технического обеспечения	52
3.2. Обеспеченность методическими материалами средствами обучения и воспитания	53
3.3. Годовой-календарный учебный график	54
3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	56
3.5. Часть Программы, формируемая участниками образовательных организаций	58
3.6. Характеристики взаимодействия педагогического коллектива с семьей детей	59

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ:</b>	
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.1.1. Цели и задачи реализации Программы.....	4
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.....	6
1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста.....	10
1.1.4. Планируемые результаты освоения Программы конкретизируют требования Стандарта. ....	13
1.1.5. Целевые ориентиры формируемой участниками образовательных отношений, с учетом возрастных возможностей и индивидуальных различий детей.....	13
<b>II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ:</b>	
2.1. Календарно- тематическое планирование .....	14
2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных интересов.....	45
2.3. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.....	47
2.4. Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, может включать различные направления, выбранные участниками образовательных отношений из числа парциальных и иных программ или созданных ими самостоятельно.....	49
2.5. Образовательные потребности, интересы и мотивы детей , членов их семей и педагогов.....	50
<b>III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ:</b>	
3.1. Описание материально-технического обеспечения.....	52
3.2. Обеспеченность методическими материалами средствами обучения и воспитания.....	53
3.3. Годовой -календарный учебный график.....	54
3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.....	56
3.5. Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений.....	58
3.6. Характеристика взаимодействия педагогического коллектива с семьями детей.....	59

## **I. Целевой раздел.**

### **1.1. Пояснительная записка.**

Основанием в формировании основной и вариативной части Программы выступает социальный заказ общества и родителей (законных представителей) детей.

Направленность данной дополнительной образовательной программы:

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, физическое развитие, формирование основ здорового образа жизни.

Программа дополнительного образования «Школа мяча(с элементами спортивных игр)»(далее Рабочая программа) разработана на основе материалов методических пособий и передового педагогического опыта по физическому воспитанию дошкольников: Э.Адашкявичене «Баскетбол для дошкольников» М.: Просвещение, 1983; Э.Адашкявичене «Спортивные игры и упражнения в детском саду» М.: Просвещение, 1992; Е.Чернова «Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов» М., 2001; программы кружка по обучению детей дошкольного возраста игре в баскетбол А.А.Одинцовой «Весёлый мяч», 2002; », технология физического воспитания детей 5 – 7 лет «Играйте на здоровье!» Волошиной Л.Н. Д. В. Хухлаева ,Т.И.Осокина рекомендуют применять игру в баскетбол или включать элементы баскетбола в подвижные игры.

Рабочая программа разработана с учетом федеральных государственных требований в сфере дошкольного образования; рекомендаций общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» Н.Е. Веракса.

Рабочая программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- 1.Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012года № 273-ФЗ;
- 2.Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013г. №1014;
- 3.Приказ Минобрнауки России от 28.04.14г. №293 «Об утверждении Порядка приёма на обучение по образовательным программам дошкольного образования»;
- 4.Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 10.01.2014г. №08-10 «Об утверждении плана действий по обеспечению введения Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- 5.Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения: МБДОУ «Детский сад №237» г. Барнаул;
- 6.Санитарно — эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.4.1.3049-13 от 30.07.2013г. «Санитарно — эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений»;

7. Письмо министерства РФ от 14.03.2000 №65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;
8. Приказ министерства РФ от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении и введении в действие Федеральных государственных образовательных стандартов к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования»;
9. Образовательная программа дошкольного образования МБДОУ № 237.

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

Рабочая Программа определяет цели, задачи создания и реализации деятельности кружка по физическому развитию МБДОУ. Для развития двигательного-координационных способностей особенно ценны игры-эстафеты, содержащие разнообразные комбинации движений. В программе используются игры, отличающиеся высоко динамичной совокупностью двигательных действий, непрерывно меняющимися ситуациями, которые позволяют предъявить повышенные требования к целесообразному варьированию усвоенных форм двигательной координации, к способности преобразовывать их и переключаться с одних координированных действий на другие. При этом в программу введен «фактор необычности» при выполнении привычных действий, усложняющий требования к координации движений:

- ведение мяча с обусловленной реакцией на звуковые или зрительные сигналы;
- ведение мяча с сопротивлением или с дополнительными заданиями;
- комбинированные игры-эстафеты и т.д.

#### **Формы работы:**

- \* беседы;
- \* занятия;
- \* индивидуальная работа;
- \* групповая и подгрупповая работа;
- \* игра;
- \* работа с родителями

#### **Методы, приемы обучения детей упражнениям и играм с мячом:**

- \* показ образца с одновременным объяснением, выполнением действий и включением в них детей;
- \* пояснение и показ упражнений;
- \* повторение упражнения;
- \* использование схематичных изображений – алгоритмов выполнения упражнений;
- \* творческие задания;
- \* игровые и соревновательные задания

**Возраст детей:** 5 – 7 лет

**Нормативный срок освоения программы:** 1 года

Первостепенное значение уделяется вопросам здоровья детей и

организации условий для его охраны и укрепления, а целью физического воспитания становится формирование привычки к здоровому образу жизни.

Между тем, поставленная цель может реализоваться только в комплексности решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач во всех направлениях работы с дошкольниками.

Оздоровительные задачи направлены на охрану жизни и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды и работоспособности организма. Более того, охрана и укрепление физического здоровья воспитанников секции «школа мяча(с элементами спортивных игр)» являются одной из основных задач детского сада.

Учитывая специфику данного термина, оздоровительные задачи физического воспитания определяются применительно к каждой возрастной группе воспитанников в более конкретной форме:

- помогать формированию изгиба позвоночника, развитию сводов стопы, укреплению связочно - суставного аппарата, способствовать развитию всех групп мышц (особенно - мышц-разгибателей), формированию опорно - двигательного аппарата и развитию двигательного анализатора;

- способствовать правильному соотношению частей тела и правильному функционированию внутренних органов, совершенствованию деятельности сердечно - сосудистой и дыхательной систем, развитию органов чувств, функции терморегуляции и центральной нервной системы (тренировать процессы возбуждения и торможения, их подвижность).

Однако, в настоящее время уже доказано, что, кроме понятия физического здоровья, с которым тесно связаны вышеперечисленные оздоровительные задачи, существует понятие психического и психологического здоровья.

Опираясь на положение психологии здоровья, можно предположить, что именно психологическое здоровье является предпосылкой здоровья физического и является необходимым условием полноценного развития человека в процессе его жизни, поэтому если психологически человек здоров, то вероятнее всего, он будет здоров и физически.

Образовательные задачи предполагают формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей, передачу простейших понятий о физической культуре и доступных знаний о спорте.

В процессе физического воспитания осуществляются воспитательные задачи, направленные на формирование культурно - гигиенических навыков и потребности в здоровом образе жизни, формирование культуры чувств и эстетического отношения к физическим упражнениям. Благодаря физическому воспитанию создаются благоприятные условия:

- для воспитания волевых качеств личности (смелость, решительность, выдержка, настойчивость и т.д.);

- для формирования положительных черт характера (организованность, скромность и др.);

- для нравственных основ личности (чувства собственного

достоинства, справедливости, товарищества, взаимопомощи и т.п.).

#### **Задачи обучения детей 5 – 6 лет:**

1. Познакомить с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; учить простейшим видам парного взаимодействия.
2. Разучить элементы техники игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении; бросок. Ловля мяча, добиваться точности и качества в их выполнении.
3. Способствовать развитию координации движений, глазомера, быстроты, ловкости.

#### **Задачи обучения детей 6 – 7 лет:**

1. Разучить правила игры, познакомить с действиями защитников и нападающих.
2. Совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; формировать стремление достигать положительных результатов; воспитывать целеустремленность.
3. Развивать точность, координацию движений, быстроту реакции, силу, глазомер.

**Педагогическая оценка** усвоения знаний программы проводится на основании систематических и целенаправленных наблюдений воспитателя за дошкольниками и результатов их практической деятельности во время занятий. Оценочная карта заполняется два раза: в начале и конце года. Количественные результаты дополняются комментариями, в которых указываются проблемы и трудности. Данная работа помогает определить перспективы и спланировать индивидуальную работу с детьми.

### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы**

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов в воспитании и развитии детей.

Данная программа построена на основе качественного подхода к проблеме развития психики ребенка. Качественный подход постулирует, что психика ребенка обладает качественно другими характеристиками, чем психика взрослого человека, и лишь в процессе онтогенетического развития она начинает обладать характеристиками взрослой особи.

Возрастной подход (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин, Л.И.Божович, А.В.Запорожец, Ж.Пиаже) к проблеме развития психики ребенка.

Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

Личностный подход (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Л.И.Божович, Д.Б.Эльконин, А.В.Запорожец) к проблеме развития психики ребенка.

Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте

социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

Исходя из положения, что в основе развития лежит, прежде всего, эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития.

Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

- Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально - нравственного и художественно - эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

- Принцип гуманизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно-оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

- Принцип индивидуализации позволяет создавать охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию, учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.

- Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

- Принцип единства с семьей, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно - гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях - физкультурных досугах

и праздниках, походах.

Кроме принципов, выделяются методы физического развития и воспитания. Традиционно различаются три группы методов.

1. Наглядные методы, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К словесным методам относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. К практическим методам можно отнести выполнение движений (совместно - распределенное, совместно - последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится средствам физического воспитания. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

- Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
- Естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;
- Физические упражнения, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации физкультурно - оздоровительной работы с детьми.

Таковыми организованными формами работы являются:

- разные виды НОД по физической культуре;



- физкультурно - оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов НОД по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, каждое ДОО составляет модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

Оценка эффективности организации двигательного режима и всех форм оздоровительно - воспитательной деятельности в детском саду, направленной на физическое образование его воспитанников, оценивается с помощью следующих критериев:

1. Все физкультурные мероприятия (двигательный режим) должны составлять 50 - 60 % периода бодрствования.
2. Разученные движения для закрепления и совершенствования переносятся в повседневные формы работы: утренняя гимнастика, подвижные игры и гимнастика пробуждения с закаливающими процедурами, физкультминутки, динамический час, занятия по интересам.
3. Физические досуги и праздники повышают интерес к физическим упражнениям. При этом используется соревновательный метод, который является средством повышения двигательной активности.
4. Самостоятельная двигательная деятельность является критерием, определяющим степени овладения двигательными умениями. Если дети легко, свободно и творчески используют движения, значит, они в полной мере освоили их в организованных формах работы.
5. С детьми, отстающими в двигательном развитии необходимо систематически проводить дифференцированную и индивидуальную работу.
6. Вся физкультурно - оздоровительная работа проводится в тесном единстве с семьей. Родителей знакомят с физкультурной работой в детском саду, информируют об уровне подготовленности ребенка (индивидуальная карта), приглашают участвовать в совместных занятиях (непосредственно образовательная деятельность по физической культуре, досуги, праздники, Дни здоровья); рекомендуют организовать здоровый образ жизни (двигательный режим) в семье; предлагают специальную литературу и видеофильмы, изучают опыт использования физической культуры в семье.

Очень важной, составной частью гармонической личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства.

### **1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы**

характеристики ,в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста (от 5 лет до 7 лет).

Пятый год жизни (старшая группа)

Взросли физические возможности детей: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, наполнить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми.

Уделяя внимание развитию детской самостоятельности, инструктор широко использует приемы индивидуального подхода, следуя правилу: не делать за ребенка то, что он в состоянии сделать самостоятельно. Но при этом он исходит из реального уровня умений, которые могут значительно различаться у разных детей. Поэтому если для одних детей будет достаточно простого напоминания о нужном действии, совета, то для других необходим показ или совместное действие с ребенком - в этом проявляется одна из особенностей детей.

Примечательной особенностью детей является фантазирование, нередко они путают вымысел и реальность. Яркость фантазий расширяет рамки умственных возможностей детей и используется инструктором для обогащения детского игрового опыта: придумывания в игре фантастических образов животных, людей, сказочных путешествий.

На пятом году жизни дети проявляют интерес к вопросам пола, начинается осознание своей половой принадлежности. Дети отмечают внешнее различие между мальчиками и девочками. Задачей инструктора по физическому развитию совместно с воспитателями является постепенное формирование представлений о поведении мальчика или девочки, их взаимоотношениях. Выполнение такой задачи успешно повлияет на интеллектуальное и моральное развитие ребенка.

Задачи воспитания и развития детей

1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
2. Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: - уверенному и активному выполнению основных элементов техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений; - соблюдению и контролю правил в подвижных играх; -самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений; -умению ориентироваться в пространстве; -восприятию показа как образца для самостоятельного выполнения упражнения; -развитию умений оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
3. Целенаправленно развивать быстроту, скоростно-силовые качества,

общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы.

4. Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

Шестой год жизни (старшая группа)

Старший дошкольный возраст играет особую роль в развитии ребенка: в этот период жизни начинают формироваться новые психологические механизмы деятельности и поведения.

Возраст 5-7 лет характеризуется активизацией ростового процесса: за год ребенок может вырасти на 7-10 см, при этом показатели роста детей подготовительной группы несколько выше, чем у детей шестого года жизни. Изменяются пропорции тела. Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь необходимые при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Воспитатель, инструктор по физической культуре уделяет особое внимание развитию мелкой моторики. Старший дошкольник технически правильно выполняет большинство физических упражнений. Он способен критически оценить движения других детей, но самоконтроль и самооценка непостоянны и проявляются эпизодически. Углубляются представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и прочее), закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики. Дети проявляют интерес к своему здоровью, приобретают сведения о своем организме (органы чувств, движения, пищеварения, дыхания) и практические умения по уходу за ним.

*Происходят большие изменения высшей нервной деятельности.* В течение шестого года жизни совершенствуются основные нервные процессы - возбуждение и особенно торможение. Это благотворно сказывается на возможностях саморегуляции. Эмоциональные реакции в этом возрасте становятся более стабильными, уравновешенными. Ребенок не так быстро утомляется, становится более вынослив психически (что связано и с возрастающей физической выносливостью).

Седьмой год жизни (подготовительная к школе группа)

На седьмом году жизни происходят большие изменения в физическом, познавательном, эмоциональном и социально-личностном развитии старших дошкольников, формируется готовность к предстоящему школьному обучению.

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Возросла возможность пространственной ориентировки, заметно увеличились проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений.

Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр.

Старшие дошкольники активно приобщаются к нормам здорового образа жизни. В увлекательной, наглядно-практической форме инструктор по физическому развитию обогащает представления детей о здоровье, об организме и его потребностях, способах предупреждения травматизма, закаливании. Гигиенические навыки у детей старшего дошкольного возраста становятся достаточно устойчивыми. Формируется привычка самостоятельно следить за своим внешним видом, пользоваться носовым платком, быть опрятными и аккуратными, причесываться.

Повышается общая осведомленность детей о здоровьесберегающем поведении: элементарные правила безопасности, сведения о некоторых возможных травмирующих ситуациях, важности охраны органов чувств (зрения, слуха), некоторых приемах первой помощи в случае травмы (ушиб, порез, ссадина), правилах поведения в обществе в случае заболевания (при кашле, чихании прикрывать рот платком, отворачиваться, не пользоваться общей посудой с заболевшим), некоторых правилах ухода за больным (не шуметь, выполнять просьбы, предложить чай, подать грелку, градусник и т.п.).

Переход в старшую и особенно в подготовительную группу связан с изменением статуса дошкольников в детском саду - в общей семье воспитанников детского сада они становятся самыми старшими. Наряду с воспитателем инструктор по физической культуре помогает детям осознать и эмоционально прочувствовать свое новое положение.

Такие мотивы, как: «Мы заботимся о малышах», «Мы - помощники воспитателя», «Мы хотим узнать новое о мире и многому научиться», «Мы готовимся к школе», выступления на спортивных, общегородских соревнованиях направляют активность старших дошкольников на решение новых, значимых для их развития задач. Необходимо постоянно поддерживать в детях ощущение взросления, растущих возможностей, вызывать стремление к решению новых, более сложных задач познания, общения, деятельности, вселять уверенность в своих силах. Одновременно важно развивать чувство ответственности за свои действия и поступки.

Воздушный и тепловой режимы, освещенность спортивного зала должны соответствовать принятым гигиеническим нормам. Возраст 5-7 лет характеризуется активизацией ростового процесса. Быстро увеличивается длина конечностей. Следует помнить, что позвоночник ребенка 5-7 лет очень чувствителен к деформирующим воздействиям. Поэтому постоянный контроль за позой и осанкой каждого ребенка - обязательное условие его нормального физического развития.

У старших дошкольников наблюдается незавершенность строения стопы. Необходимо предупреждать появление и закрепление плоскостопия. Его причиной могут стать постоянное ношение обуви без каблучка, на жесткой, негнувшейся подошве, большего, чем нужно, размера, а также излишняя масса тела, перенесенные заболевания. Инструктору следует быть внимательным к жалобам отдельных детей на усталость и боль в ногах при ходьбе или стоянии.

У старших дошкольников хорошо развиты крупные мышцы туловища и

конечностей, но мелкие мышцы, особенно кистей рук, все еще слабы. Для их развития инструктор часто использует пальчиковую гимнастику,

#### **1.1.4. Планируемые результаты освоения Программы конкретизируют требования Стандарта**

Планируемые результаты освоения рабочей программы по физическому развитию спортивной секции «Школа мяча(с элементами спортивных игр)»

- Повышение уровня двигательной культуры на основе свободного владения игровым действиям с мячом;
- Повышение интереса к занятиям физической культурой;
- Улучшение физического и психического состояния здоровья воспитанников вследствие оптимизации двигательного режима и развития психофизических качеств;
- Улучшение формирования изгиба позвоночника, развитию сводов стопы, укреплению связочно - суставного аппарата, способствовать развитию всех групп мышц (особенно - мышц-разгибателей), формированию опорно - двигательного аппарата и развитию двигательного анализатора;
- Формирование предпосылок учебной деятельности (самоконтроль, самооценка, обобщенные способы действия) и умения взаимодействовать друг с другом.

#### **1.1.5 Целевые ориентиры освоения Программы**

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров. Целевые ориентиры дошкольного образования — это социально — нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Они базируются на ФГОС ДО и целях и задачах программы «От рождения до школы».

- ребёнок проявляет инициативность и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении, конструировании и др. Способен выбирать себе род занятий, участников совместной деятельности, обнаруживает способность к воплощению разнообразных замыслов;

- ребёнок уверен в своих силах, открыт внешнему миру, положительно относится к себе и к другим, обладает чувством собственного достоинства. Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, стараться разрешать конфликты;

- ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности. Способность ребёнка к фантазии, воображению, творчеству интенсивно развивается и проявляется в игре. Ребёнок владеет разными формами и видами игры. Умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам, различать условную и реальную ситуации, в том числе игровую и учебную;

- творческие способности ребёнка также проявляются в рисовании, придумывании сказок, танцах, пении и т. п. Ребёнок может фантазировать вслух, играть звуками и словами. Хорошо понимает устную речь и может выражать свои мысли и желания;

- у ребёнка развита крупная и мелкая моторика. Он может контролировать свои движения и управлять ими, обладает развитой потребностью бегать, прыгать, мастерить поделки из различных материалов и т. п.;

- ребёнок способен к волевым усилиям в разных видах деятельности, преодолевать сиюминутные побуждения, доводить до конца начатое дело.

Ребёнок может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, правилам безопасного поведения и личной гигиены;

- ребёнок проявляет любознательность, задаёт вопросы, касающиеся близких и далёких предметов и явлений, интересуется причинно-следственными связями (как? почему? зачем?), пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей. Склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о предметном, природном, социальном и культурном мире, в котором он живёт. Знаком с книжной культурой, с детской литературой, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т. п., у ребёнка складываются предпосылки грамотности. Ребёнок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных сферах действительности.

## **2. Содержательный раздел**

### **2.1 Календарно-тематическое планирование дополнительной образовательной программы спортивной секции «Школа мяча(с элементами спортивных игр)»»**

**На 2017-2018год**

#### **I.Подготовительная работа.**

- 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)
- Действия с мячом: ловля, передача, ведение и забрасывание в корзину.

- 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.
- Руки согнуты в локтях и находятся около туловища.
- Перемещение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами

## **II. Обучение способам действия.**

- Учить детей остановкам необходимо в такой последовательности: остановка после ходьбы, потом после бега в медленном темпе, после бега в быстром темпе и неожиданная остановка
- 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.
- Учить детей встречать мяч руками, следить за его полетом.
- Мяч в руках долго не задерживать, действовать быстро (передать его другому, бросать, вести и т.д.).
- Учить передаче мяча сначала двумя руками, а потом правой и левой (на месте и в движении).
- При передаче мяча держать его на уровне груди.
- Ведение мяча осуществлять с высоким отскоком.
- 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.
- Забрасывать мяч в корзину двумя руками от груди (при этом способе игрок описывает небольшую дугу и, выпрямляя руки вверх бросает мяч в корзину).
- 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).
- 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.**

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

## **IV. Организация игры.**

- Игра делится на два тайма по 5 минут.
- Между таймами планируется обязательный перерыв.
- Педагог следит за продолжительностью игры.

- Во время перерыва происходит замена уставших детей.
- При перелетании мяча через боковую линию игра останавливается.
- Возвращает мяч в игру команда противника
- 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
- Запрещается вести мяч двумя руками одновременно
- Запрещается бежать с мячом в руках
- Запрещается толкать игроков, держать их за одежду, руки.

П/П №	Тема занятия	Задачи	Содержание
1	Диагностика (октябрь)	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Отбивание мяча – не менее 10 раз не теряя мяча (дети стоят на месте, 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, 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</li> </ul>



			<p>движении</p> <p>- Броски мяча на меткость в цель</p>
2	Диагностика	2. Выявить уровень физической подготовленности детей.	<p>- Перебрасывание мяча через сетку.</p> <p>- Перебрасывание мяча друг другу.</p> <p>- Отбивание мяча на месте.</p> <p>- Подбрасывание мяча с хлопками в движении.</p> <p>- Броски мяча в цель на меткость.</p>
3	Броски мяча	1. Учить бросать мяч вверх с хлопками. 2. Упражнять в перебрасывании мяча. Воспитывать ловкость	<p>1. Бросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши за спиной и поймать мяч.</p> <p>2. Бросить мяч вверх, повернуться кругом и поймать мяч.</p> <p>3. Бросить мяч вверх, сесть, скрестив ноги, и поймать мяч.</p>
4	История возникновения мяча	1. Углубить представление детей о спортивных играх с мячом. 2. Познакомить с историей возникновения мяча. 3. Развивать ориентировку в пространстве.	<p>Знакомство с историей возникновения мяча.</p> <p>Р/н/и «Свечки», «Одноручье».</p> <p>- Беседа «Спортивные игры с мячом». Д/и «Что это за мяч?»</p> <p>П/и «Пятнашки с мячом»</p>
5	Броски мяча	1. Броски мяча разными способами, из разных и.п. 2. Воспитывать ловкость.	<p>1. Сесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги и поймать мяч. 2. Бросить мяч высоко вверх, наклониться, дотронуться кончиками пальцев до носков ног, выпрямиться и поймать мяч. Д/и «Что это за мяч?»</p>
6	Броски мяча	1. Учить броскам мяча об пол из разных исходных положений. 2. Воспитывать ловкость и развивать координацию.	<p>1. Ударить мячом об землю так, чтобы он высоко подпрыгнул, затем нагнуться, дотронуться кончиками пальцев до носков ног и, выпрямившись, поймать мяч.</p> <p>2. Сильно ударить мяч перед собой об землю, повернуться кругом и поймать мяч.</p> <p>3. Начертить на земле круг (в окружности 12 шагов, в поперечнике 4 шага), обежать его 3 раза, отбивая мяч ладонью одной руки (то правой, то левой).</p> <p>4. Приподнять правую ногу, слегка вытянув ее вперед, и бросить мяч левой рукой об землю, так чтобы он пролетел под правой ногой. Затем поймать отскочивший мяч справа, не опуская ноги. Сделать то же упражнение, приподняв левую ногу и</p>

### 2.1.2. Календарно-тематический план для детей 5-6 лет

			бросив мяч левой рукой. Побеждает тот, кто наберет большее число очков.
7	Катание мяча	1. Учить катать мяч между предметами и в цель. 2. Развивать координацию движений	<p>1. Катание мяча, шарика с попаданием в предметы (кегли, бабки и др.), катание «змейкой» между предметами.</p> <p>2. Д.И. Поймай мяч. Догони мяч.</p>
8	Броски мяча	1. Продолжить учить бросать мяч вверх и ловля его двумя руками, одной рукой. 2. Упражнять в перебрасывании мяча в парах с хлопком. 3. Воспитывать ловкость	<p>1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд).</p> <p>2. Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой (не менее 4 – 6 раз подряд).</p> <p>3. Бросание мяча друг другу с хлопком.</p>

9	Броски мяча (ноябрь)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 10 раз подряд.</li> <li>2. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. при прокатывании мяча.</li> <li>3. Воспитывать самостоятельность</li> </ol>	<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>
10	Подбрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжить учить бросать мяч вверх с хлопками.</li> <li>2. Упражнять в перебрасывании мяча.</li> <li>3. Воспитывать ловкость</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Подбрасывание мяча вверх с хлопками</li> <li>- Перебрасывание мяча друг другу из разных и.п.</li> <li>- П/и «Ловишка с мячом»</li> </ul>
11	Броски мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 10 раз подряд.</li> <li>2. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. при прокатывании мяча.</li> <li>3. Воспитывать самостоятельность</li> </ol>	<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</li> <li>- П/и «Ловкий стрелок»</li> </ul>
12	Броски мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отрабатывать броски мяча вверх в движении.</li> <li>2. Развивать глазомер, координации движений.</li> <li>3. Отрабатывать бросок мяча ногой в цель.</li> </ol>	<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)</li> <li>- П/и «Ловишка с мячом»</li> <li>- Броски мяча ногой в цель (3 раза из 10)</li> </ul>
13	Передача мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Передача мяча двумя руками от груди</li> <li>2. Ловля мяча в парах</li> <li>3. Развивать внимание и ориентировку в пространстве</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Передача мяча в парах двумя руками от груди с шагом вперед (не менее 10 раз подряд)</li> <li>- Ловля мяча двумя руками у груди с шагом назад (не менее 10 раз подряд)</li> <li>- П/и «Ловишка с мячом».</li> </ul>
14	Подвижные игры	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Горелки с мячом»</li> <li>2. «Зайчики»</li> <li>3. «Наоборот»</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Игры совершенствуют навыки передачи – ловли мяча.</li> <li>- Воспитывают организованность, чувство коллективизма.</li> </ul>
15	Передача мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить передавать мяч друг другу в движении (парами). Способствовать развитию выдержки, смелости.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бросание мяча друг другу и ловля из положения сидя.</li> <li>2. Бросание мяча друг другу и ловля с поворотом кругом.</li> <li>3. Бросание мяча друг другу и ловля с отскоком от земли. Бросание мяча друг другу и ловля в движении</li> </ol>
16	Отбивание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить отбивать мяч двумя руками на месте и в движении.</li> <li>2. Учить отбивать мяч правой, левой рукой.</li> <li>3. Воспитывать ловкость и координацию.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отбивание мяча об землю двумя руками, стоя на месте (не менее 10 раз подряд).</li> <li>2. Отбивание мяча об землю двумя руками, продвигаясь вперед шагом в прямом направлении на расстоянии 5 – 6 м.</li> <li>3. Отбивание мяча об землю одной рукой (правой или левой), продвигаясь вперед.</li> <li>4. Отбивание мяча об стенку с хлопком, поворотом, отскоком от земли.</li> </ol>
17	Броски мяча (декабрь)	<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</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</li> </ul>

		другу. 3. Воспитывать настойчивость. 4. Учить передавать друг другу мяч ногами	«Мяч в воздухе»
18	Перебрасывание мяча	1. Учить бросать и мягко ловить мяч в парах разными способами. 2. Развивать ловкость, внимание, глазомер.	- Перебрасывание мяча сидя и стоя спиной друг к другу - Перебрасывание мяча друг другу в разных построениях (парами, тройками) - Перебрасывание мяча друг другу в разных построениях (парами, тройками) с помощью ног - П/и «Мяч в воздухе»
19	Перекатывание набивного мяча	1. Упражнять в перекатывании набивного мяча друг другу. 2. Развивать координацию движений, внимание.	-Забрасывание мяча в корзину - Перекатывание набивного мяча друг другу - Ударить перед собой мяч, повернуться кругом, поймать мяч - П/и «Кого назвали, тот и ловит»
20	Перебрасывание мяча	1. Учить перебрасывать мяч через сетку. 2. Совершенствовать метание набивного мяча. 3. Воспитывать выдержку.	- Перебрасывание мяча через сетку. - Метание набивного мяча из-за головы - П/и «Гонка мячей по шеренгам»
21	Броски мяча	1. Учить броскам в баскетбольную корзину. 2. Учить броскам набивного мяча из правильного и.п.	1.Забрасывание мяча в баскетбольную корзину. 2.Бросание двумя руками набивного мяча (вес до 1 кг) от груди и из – за головы. 3.С мячом под дугой. Проползти на четвереньках под дугой (высота 40 см), толкая головой набивной мяч. Расстояние до дуги 2 – 3 метра
22	Броски мяча	1.Отрабатывать броски мяча вверх в движении. 2. Развивать глазомер, координации движений. 3. Отрабатывать бросок мяча ногой в цель.	- Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 10 раз подряд) - Броски мяча об пол и ловля 2 раза на месте (не менее 10 раз подряд) - П/и «Ловишка с мячом» - Броски мяча ногой в цель (3 раза из 10)
23	Передача мяча	1. Передача мяча двумя руками от груди 2. Ловля мяча в парах 3.Развивать внимание и ориентировку в пространстве	- Передача мяча в парах двумя руками от груди с шагом вперед (не менее 10 раз подряд) - Ловля мяча двумя руками у груди с шагом назад (не менее 10 раз подряд) - П/и «Ловишка с мячом».
24	Подвижные игры	1. «Горелки с мячом» 2.«Зайчики» 3.«Наоборот»	- Игры совершенствуют навыки передачи – ловли мяча. - Воспитывают организованность, чувство коллективизма
25	Перебрасывание мяча (январь)	1. Продолжать учить перебрасывать мяч через сетку. 2. Развивать быстроту, ловкость, умение быть организованным.	- Перебрасывание мяча через сетку - Прокатывание в ворота набивного мяча головой - П/и «Мяч – капитану»
26	Броски мяча	1. Упражнять в быстрой смене движений. 2. Закреплять умение работать в парах. 3. Развивать внимание.	- Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза - Перебрасывание мяча через сетку в парах - Передача мяча друг другу парами с помощью ног -П/и «Вышибалы»

27	Отбивание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить отбивать мяч одной рукой на месте.</li> <li>2. Учить останавливать мяч ногой.</li> <li>3. Упражнять в быстрой смене движений.</li> <li>4. Развивать ловкость</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Отбивание мяча правой и левой рукой на месте</li> <li>- Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза</li> <li>- Остановка мяча ногой</li> <li>- П/и «Пяташки на улиточках»</li> </ul>
28	Отбивание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить отбивать мяч в движении.</li> <li>2. Развивать глазомер, ловкость при броске мяча в корзину.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Отбивание мяча правой и левой рукой в движении (5 – 6 м.)</li> <li>- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо</li> <li>- Забрасывание мяча в ворота</li> <li>- П/и «Лови – не лови»</li> </ul>
29	Перебрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами.</li> <li>2. Развивать силу броска, точность движений, глазомер</li> </ol>	<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> <li>- П/и «Мельница»</li> </ul>
30	Броски мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отрабатывать броски мяча вверх в движении.</li> <li>2. Развивать глазомер, координации движений.</li> <li>3. Отрабатывать бросок мяча ногой в цель.</li> </ol>	<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)</li> <li>- П/и «Ловишка с мячом»</li> <li>- Броски мяча ногой в цель (3 раза из 10)</li> </ul>
31	Броски мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить ловле мяча, закреплять умение быстро реагировать на сигнал, способствовать развитию ориентировки в пространстве.</li> <li>2. Совершенствовать навыки ловли – передачи мяча. Развивать ловкость, выносливость</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 20 раз подряд).</li> <li>2. Бросание мяча вверх и ловля одной рукой (не менее 10 раз подряд).</li> <li>3. Бросание мяча друг другу с хлопком, с поворотом, с отскоком от земли, в косом направлении.</li> </ol>
32	Забрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить броскам мяча в парах из разных и.п.</li> <li>2. Развивать силу, точность движений, глазомер.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бросание мяча друг другу в разных положениях: стоя лицом и спиной, стоя на коленях, сидя по–турецки, лежа.</li> <li>2. Катание друг другу набивного мяча.</li> <li>3. Бросание набивного мяча вперед снизу, от груди, через голову назад</li> </ol>
33	Забрасывание мяча (февраль)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину.</li> <li>2. Закрепить умение</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо</li> <li>- Подбрасывание мяча с хлопками в движении</li> </ul>
		подбрасывать и мягко ловить мяч с хлопком.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки на мячах</li> <li>- Забрасывание мяча в ворота</li> <li>- П/и «Ловкий стрелок»</li> </ul>
34	Перебрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами.</li> <li>2. Развивать силу броска, точность движений, глазомер.</li> </ol>	<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> <li>- П/и «Мельница»</li> </ul>
35	Перебрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях.</li> <li>2. Развивать чувство ритма, точности.</li> </ol>	<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>

			- П/и «Ловишка с мячом»
36	Броски мяча	1. Упражнять в быстрой смене движений. 2. Закреплять умение работать в парах. Развивать внимание.	-Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза - Перебрасывание мяча через сетку в парах - Передача мяча друг другу парами с помощью ног - П/и «Вышибалы»
37	Отбивание мяча	1.Учить отбивать мяч одной рукой на месте. 2. Учить останавливать мяч ногой. 3. Упражнять в быстрой смене движений. 4. Развивать ловкость	- Отбивание мяча правой и левой рукой на месте - Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза - Остановка мяча ногой - П/и «Пяташки на улиточках»
38	Отбивание мяча	1.Учить отбивать мяч в движении. 2. Развивать глазомер, ловкость при броске мяча в корзину	- Отбивание мяча правой и левой рукой в движении (5 – 6 м.) - Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо - Забрасывание мяча в ворота - П/и «Лови – не лови»
39	Отбивание мяча	1. Учить отбивать мяч правой, левой рукой, в движении. 2.Развивать глазомер, ловкость при броске мяча в корзину.	1. Отбивание мяча об землю поочередно одной и другой рукой несколько раз подряд. 2. Отбивание мяча об землю двумя руками, продвигаясь бегом на расстоянии 6 – 8 м. 3. Отбивание мяча об землю одной рукой, продвигаясь вперед в прямом направлении. 4. Отбивание мяча об землю, продвигаясь по кругу. 5. Отбивание мяча об землю, двигаясь «змейкой».
40	Отбивание мяча	1.Учить отбивать мяч в движении. 2. Развивать глазомер, ловкость при броске мяча в корзину.	- Отбивание мяча правой и левой рукой в движении (5 – 6 м.) - Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо - Забрасывание мяча в ворота - П/и «Лови – не лови»
41	Забрасывание мяча (март)	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.	- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3-х шагов) - Метание мяча в вертикальную цель (с 3 – 4 м.) - Броски мяча в цель (ворота) с помощью ног - Прыжки на мячах – хоппах
		4. Совершенствовать прыжки на мячах-хоппах	- П/и «Гонка мячей по шеренгам»
42	Броски мяча	1. Учить определять направление и скорость мяча. 2. Отрабатывать навык отбивания мяча змейкой. 3. Развивать быстроту, выносливость.	- Бросок мяча об стену и ловля его 2 раза (с хлопком) - Отбивание мяча одной рукой змейкой - Броски мяча вверх, ловля мяча сидя - П/и «Не урони мяч»
43	Перебрасывание мяча	1. Учить правильно ловить и бросать мяч, регулировать силу броска. 2. Учить передавать мяч ногами друг другу. 3. Развивать координацию движений, глазомер,	- Перебрасывании мяча через сетку одной рукой, ловля двумя руками (в парах) - Перебрасывание мяча с одной руки в другую - Передача мяча друг другу ногами - П/и «Охотники и куропатки»

		внимание.	
44	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	- Отбивание мяча правой, левой рукой в движении - Перебрасывание мяча друг другу в парах из разных и.п. - Броски мяча вверх, дотронуться носков ног, поймать мяч - Остановка мяча ногой - П/и «Мельница»
45	Забрасывание мяча	1.Забрасывать мяч в кольцо с трех шагов. 2. Продолжать учить принимать правильное и.п. при метании в вертикальную цель. 3. Забрасывать мяч в ворота. 4. Совершенствовать прыжки на мячах-хоппах.	- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3-х шагов) - Метание мяча в вертикальную цель (с 3 – 4 м.) - Броски мяча в цель (ворота) с помощью ног - Прыжки на мячах – хоппах - П/и «Гонка мячей по шеренгам»
46	Броски мяча	1. Продолжать учить определять направление и скорость мяча. 2. Отрабатывать навык отбивания мяча змейкой. 3. Развивать быстроту, выносливость.	- Бросок мяча об стену и ловля его 2 раза (с хлопком) - Отбивание мяча одной рукой змейкой - Броски мяча вверх, ловля мяча сидя - П/и «Не урони мяч»
47	Отбивание мяча	1Продолжать 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.	-Отбивание мяча правой, левой рукой в движении - Перебрасывание мяча друг другу в парах из разных и.п. - Броски мяча вверх, дотронуться носков ног, поймать мяч - Остановка мяча ногой - П/и «Мельница»
48	Броски мяча	1.Продолжать учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 15 раз подряд. 2. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. при прокатывании мяча. Воспитывать	- Броски мяча вверх и ловля его на месте не 15 раз подряд. = Прокатывания мяча одной рукой и двумя руками из разных и.п. между предметами (ширина 90-40см., длина 3-4м.) = Прокатывание мяча ногами по прямой = П/и «Ловкий стрелок»
		самостоятельность	
49	Перебрасывание мяча (апрель)	1. Продолжать учить правильно ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. Упражнять в произвольном действии с мячами. 3. Развивать координацию	- Перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу - Сидя бросить мяч, вскочить на ноги и поймать мяч - Прыжки на мячах – хоппах - П/и «Лови – не лови»
50	Знакомство с тренажерами	1. Познакомить с мячами – фитболами. 2. Учить правильно сидеть на фитболах. 3. Развивать выносливость, координацию движений	- Прокатывание фитбола по г/скамейке; между ориентирами -Упражнения с фитболами (сидя, лежа) - П/и «Пятнашки на улиточках»
51	Перебрасывание мяча	1. Отрабатывать умение быстро и точно передавать мяч	- Перебрасывание мяча через сетку 2 раза из – за головы

		<p>через сетку.</p> <p>2. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча.</p> <p>3. Отрабатывать умение передачи мяча друг другу.</p> <p>4. Совершенствовать прыжки на мячах – хоппах</p>	<p>- Передача мяча друг другу ногой</p> <p>- Прыжки на мячах – хоппах</p> <p>- П/и «Мяч в воздухе»</p>
52	Упражнения с тренажером	<p>1. Учить отбивать футбол двумя руками.</p> <p>2. Совершенствовать навыки ведения мяча.</p> <p>3. Продолжать учить регулировать силу отталкивания н/мяча.</p>	<p>- Отбивание фубтола 2 руками в ходьбе</p> <p>- Отбивание мяча правой, левой рукой в движении</p> <p>- Прокатывание в ворота набивного мяча друг другу</p> <p>- П/и «Салки с мячом»</p>
53	Перебрасывание мяча	<p>1. Отрабатывать умение быстро и точно передавать мяч через сетку.</p> <p>2. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча.</p> <p>3. Отрабатывать умение передачи мяча друг другу.</p> <p>4. Совершенствовать прыжки на мячах – хоппах</p>	<p>- Перебрасывание мяча через сетку 2 раза из – за головы</p> <p>- Передача мяча друг другу ногой</p> <p>- Прыжки на мячах – хоппах</p> <p>- П/и «Мяч в воздухе»</p>
54	Перебрасывание мяча	<p>1. Продолжать учить правильно ловить мяч, удерживать кистями рук.</p> <p>2. Упражнять в произвольном действии с мячами.</p> <p>3. Развивать координацию.</p>	<p>- Перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу</p> <p>- Сидя бросить мяч, вскочить на ноги и поймать мяч</p> <p>- Прыжки на мячах – хоппах</p> <p>- П/и «Лови – не лови»</p>
55	Забрасывание мяча	<p>1. Забрасывать мяч в кольцо с трех шагов.</p> <p>2. Продолжать учить принимать правильное и.п. при метании в вертикальную цель.</p> <p>3. Забрасывать мяч в ворота.</p> <p>4. Совершенствовать прыжки на мячах-хоппах</p>	<p>- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3-х шагов)</p> <p>- Метание мяча в вертикальную цель (с 3 – 4 м.)</p> <p>- Броски мяча в цель (ворота) с помощью ног</p> <p>- Прыжки на мячах – хоппах</p> <p>- П/и «Гонка мячей по шеренгам»</p>
56	Перебрасывание мяча	<p>1. Продолжать учить правильно ловить мяч, удерживать кистями рук.</p>	<p>- Перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу</p> <p>- Сидя бросить мяч, вскочить на ноги и</p>
		<p>2. Упражнять в произвольном действии с мячами.</p> <p>3. Развивать координацию</p>	<p>поймать мяч</p> <p>- Прыжки на мячах – хоппах</p> <p>- П/и «Лови – не лови»</p>
57	Упражнения с тренажером (май)	<p>1. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук.</p> <p>2. Развивать равновесие, координацию движений при балансировке на футболе</p>	<p>- Перебрасывание фубтола друг другу в парах</p> <p>- Из положения лежа на (футболе) на животе переход, прокатываясь вперед (руки упор на полу)</p> <p>- П/и «Вышибалы»</p>
58	Школа мяча	<p>1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину.</p> <p>2. Закреплять умение занимать правильное и.п. при метании на дальность.</p>	<p>- Забрасывание мяча в баскетбольную корзину (с 3 шагов)</p> <p>- Метание набивного мяча на дальность</p> <p>- Перебрасывание набивного мяча друг другу</p> <p>- П/и «Вышибалы»</p>
59	Броски мяча	<p>1. Учить отбивать мяч</p>	<p>- Броски мяча о стену, ладонью отбить</p>

		ладонями в движении 2. Упражнять ведению мяча в ходьбе 3. Упражнять в перебрасывании мяча ногой друг другу в движении. 4. Развивать глазомер, ловкость, чувство ритма.	обратно, затем поймать - Ведение мяча, продвигаясь шагом - Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно - П/и «Ловишка с мячом»
60	Школа мяча	1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. 2. Закреплять умение занимать правильное и.п. при метании на дальность.	- Забрасывание мяча в баскетбольную корзину (с 3 шагов) - Метание набивного мяча на дальность - Перебрасывание набивного мяча друг другу - П/и «Вышибалы»
61	Броски мяча	1. Продолжать учить отбивать мяч ладонями в движении 2. Упражнять ведению мяча в ходьбе 3. Упражнять в перебрасывании мяча ногой друг другу в движении. 4. Развивать глазомер, ловкость, чувство ритма.	- Броски мяча о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать - Ведение мяча, продвигаясь шагом - Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно - П/и «Ловишка с мячом»
62	Отбивание мяча	1. Отбивать мяч одной рукой на месте. 2. Закреплять умение останавливать мяч ногой. 3. Упражнять в быстрой смене движений. 4. Развивать ловкость	- Отбивание мяча правой и левой рукой на месте - Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза - Остановка мяча ногой - П/и «Пятнашки на улиточках»
63	Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	- Ведение мяча в движении – 10м. 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) - Ведение мяча ногой в движении – 10м. не теряя мяча (согласованно с передвижением) - Броски мяча в корзину 2-мя руками из – за
			головы (с расстояния 3м., высота – 2м.) - Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте - Броски мяча об пол и ловля двумя руками в движении - Броски на меткость мяча в ворота (3 из 10)
64 65 66	Диагностика	2. Выявить уровень физической подготовленности детей.	- Перебрасывание мяча через сетку - Перебрасывание мяча друг другу - Отбивание мяча на месте - Подбрасывание мяча с хлопками в движении - Броски мяча ногой в ворота на меткость

### 2.1.3. Календарно-тематический план для детей 6-7 лет



П/П №	Тема занятия	Задачи	Содержание
1	Диагностика (октябрь)	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	- Ведение мяча в движении - 10 раз 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, согласованно с передвижением). ▪ Броски мяча в корзину 2-мя руками из-за головы (с расстояния 3м., высота 2 м.)
2	Диагностика	2. Выявить уровень физической подготовленности детей.	Перебрасывание мяча через сетку. - Перебрасывание мяча друг другу. - Отбивание мяча на месте. - Подбрасывание мяча с хлопками в движении. - Броски мяча в цель на меткость. - Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте - Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении - Ведение мяча ногой в движении – 10м. не теряя мяча - Броски мяча ногой в цель на меткость (4 из 10)
3	История возникновения мяча	1. Углубить представление детей о спортивных играх с мячом. 2. Познакомить с историей возникновения мяча. 3. Развивать ориентировку в пространстве.	Знакомство с историей возникновения мяча. - Беседа «Спортивные игры с мячом». - Д/и «Что это за мяч?» - П/и «Горячая картошка», «Акулы»
4	Беседа о спортивной игре «Волейбол»	1. Познакомить детей со спортивной игрой волейбол, правилами игры. 2. Закреплять умение мягко ловить мяч кистями рук. 3. Воспитывать целеустремленность	- Беседа о спортивной игре «Волейбол» - Броски мяча вверх и ловля его на месте не 20 раз - П/и «Ловишка с мячом»
5	Беседа о спортивной игре «Баскетбол»	1. Познакомить детей со спортивной игрой баскетбол, правилами игры. 2. Упражнять в забрасывании мяча в корзину, мягкой ловле кистями рук. 3. Развивать глазомер, ловкость.	- Беседа о спортивной игре «Баскетбол» - Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо - Броски мяча вверх с хлопком - П/и «Охотники и куропатки»
6	Беседа о спортивной игре «Футбол»	1. Познакомить детей со спортивной игрой футбол, правилами игры. 2. Закреплять умение мягко ловить мяч ногой. 3. Воспитывать целеустремленность.	- Беседа о спортивной игре «Футбол» - Забрасывание мяча в ворота. - Броски мяча друг другу. - П/и «Охотники и куропатки»
7	Броски мяча	1. Учить бросать мяч об пол и	- Броски мяча вверх и ловля его в

		<p>ловить его в движении не менее 10 раз подряд.</p> <p>2. Закрепить навык перебрасывания мяча от плеча одной рукой.</p> <p>3. Закреплять навык передачи друг другу мяча с помощью ног.</p> <p>4. Развивать глазомер, координацию движений</p>	<p>движении (не менее 20 раз)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перебрасывание мяча снизу, от плеча одной рукой (3 – 4 м.)</li> <li>- Передача мяча друг другу парами, в тройках</li> <li>- П/и «Лови – не лови»</li> </ul>
8	Броски мяча	<p>1. Учить подбрасывать мяч и ловить его на месте.</p> <p>2. Закрепить броски мяча об пол и ловля его в движении.</p> <p>3. Закреплять навык ведения мяча ногой в движении.</p> <p>4. Развивать глазомер, координацию движений</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте</li> <li>- Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении</li> <li>- Ведение мяча ногой в движении – 10м. не теряя мяча</li> <li>- Броски мяча ногой в цель на меткость (4 из 10)</li> </ul>
9	Броски мяча (ноябрь)	<p>1. Учить бросать мяч об пол и ловить его в движении не менее 10 раз подряд.</p> <p>2. Закрепить навык перебрасывания мяча от плеча одной рукой.</p> <p>3. Закреплять навык передачи друг другу мяча с помощью ног.</p> <p>4. Развивать глазомер, координацию движений.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 20 раз)</li> <li>- Перебрасывание мяча снизу, от плеча одной рукой (3 – 4 м.)</li> <li>- Передача мяча друг другу парами, в тройках</li> <li>- П/и «Лови – не лови»</li> </ul>
10	Передача мяча	<p>1. Передача мяча двумя руками от груди</p> <p>2. Ловля мяча в парах</p> <p>3. Развивать внимание и ориентировку в пространстве</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Передача мяча в парах двумя руками от груди с шагом вперед (не менее 10 раз подряд)</li> <li>- ловля мяча двумя руками у груди с шагом назад (не менее 10 раз подряд)</li> <li>- П/и «Ловишка с мячом»</li> </ul>
11	Отбивание мяча	<p>1. Отбивать мяч одной рукой на месте.</p> <p>2. Закреплять умение</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Отбивание мяча правой и левой рукой на месте</li> <li>- Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза</li> </ul>
		<p>останавливать мяч ногой.</p> <p>3. Упражнять в быстрой смене движений.</p> <p>4. Развивать ловкость.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Остановка мяча ногой</li> <li>- П/и «Пятнашки на улиточках»</li> </ul>
12	Броски мяча	<p>1. Продолжать учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 15 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 15 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</li> <li>- П/и «Ловкий стрелок»</li> </ul>
13	Броски мяча	<p>1. Закреплять отбивать мяч ладонями в движении</p> <p>2. Закреплять ведению мяча в ходьбе</p> <p>3. Упражнять в перебрасывании мяча ногой друг другу в движении.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Броски мяча о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать</li> <li>- Ведение мяча продвигаясь шагом</li> <li>- Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно</li> <li>- П/и «Ловишка с мячом»</li> </ul>

		4. Развивать глазомер, ловкость, чувство ритма.	
14	Школа мяча	1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. 2. Закреплять умение занимать правильное и.п. при метании на дальность.	- Забрасывание мяча в баскетбольную корзину (с 3 шагов) - Метание набивного мяча на дальность - Перебрасывание набивного мяча друг другу - П/и «Вышибалы»
15	Отбивание мяча	1. Отбивать мяч одной рукой на месте. 2. Закреплять умение останавливать мяч ногой. 3. Упражнять в быстрой смене движений. 4. Развивать ловкость.	- Отбивание мяча правой и левой рукой на месте - Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза - Остановка мяча ногой - «Пятнашки на улисточках»
16	Передача мяча	1. Передача мяча двумя руками от груди 2. Ловля мяча в парах 3. Развивать внимание и ориентировку в пространстве	- Передача мяча в парах двумя руками от груди с шагом вперед (не менее 10 раз подряд) - Ловля мяча двумя руками у груди с шагом назад (не менее 10 раз подряд) - П/и «Ловишка с мячом»
17	Броски мяча (декабрь)	1. Учить бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно. 2. Развивать ловкость при ловле мяча с поворотом кругом. 3. Останавливать мяч в движении. 4. Воспитывать настойчивость в достижении результатов	- Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно. - Броски мяча вверх с поворотом кругом - Присесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги, поймать мяч - Остановка движущегося мяча с помощью ног - П/и «Мяч в воздухе»
18	Отбивание мяча	1. Учить отбивать мяч по кругу. 2. Закреплять умение бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно. 3. Закреплять умение отбивать движущийся мяч ногой.	- Отбивание мяча по кругу - Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно - Перебрасывание мяча друг другу разными способами - Остановка и отбивание мяча с помощью ног
		4. Развивать внимание, координацию движений.	- П/и «Кого назвали, тот и ловит»
19	Перебрасывание мячей	1. Учить перебрасывать и ловить два мяча одновременно. 2. Упражнять ведению мяча по кругу. 3. Совершенствовать прыжки. 4. Совершенствовать умение передавать друг другу мяч ногой в движении. 5. Развивать ловкость.	- Перебрасывание двух мячей в парах одновременно - Ведение мяча, продвигаясь по кругу - Прыжки на мячах – хоппах - Передача мяча ногой в движении - П/и «Охотники и зверь»
20	Отбивание мяча	1. Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. 2. Упражнять в метании набивного мяча на дальность. 3. Развивать чувство ритма.	- Отбивание мяча поочередно правой, левой рукой несколько раз подряд - Перебрасывание двух мячей в парах одновременно - Метание набивного мяча на дальность - П/и «Гонка мячей по шеренгам»
21	Броски мяча	1. Продолжать учить бросать	- Броски малого мяча об пол, ловля обеими

		<p>мяч и ловить его двумя руками одновременно.</p> <p>2. Развивать ловкость при ловле мяча с поворотом кругом.</p> <p>3. Останавливать мяч в движении.</p> <p>4. Воспитывать настойчивость в достижении результатов.</p>	<p>руками одновременно.</p> <p>- Броски мяча вверх с поворотом кругом</p> <p>- Присесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги, поймать мяч</p> <p>- Остановка движущегося мяча с помощью ног</p> <p>- П/и «Мяч в воздухе»</p>
22	Отбивание мяча	<p>1. Продолжать учить отбивать мяч по кругу.</p> <p>2. Закреплять умение бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно.</p> <p>3. Закреплять умение отбивать движущийся мяч ногой.</p> <p>4. Развивать внимание, координацию движений.</p>	<p>- Отбивание мяча по кругу</p> <p>- Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно</p> <p>- Перебрасывание мяча друг другу разными способами</p> <p>- Остановка и отбивание мяча с помощью ног</p> <p>- П/и «Кого назвали, тот и ловит»</p>
23	Перебрасывание мячей	<p>1. Продолжать учить перебрасывать и ловить два мяча одновременно.</p> <p>2. Упражнять ведению мяча по кругу.</p> <p>3. Совершенствовать прыжки.</p> <p>4. Совершенствовать умение передавать друг другу мяч ногой в движении.</p> <p>5. Развивать ловкость.</p>	<p>- Перебрасывание двух мячей в парах одновременно</p> <p>- Ведение мяча, продвигаясь по кругу</p> <p>- Прыжки на мячах – хоппах</p> <p>- Передача мяча ногой в движении</p> <p>- П/и «Охотники и зверь»</p>
24	Перебрасывание мячей	<p>1. Продолжать учить перебрасывать и ловить два мяча одновременно.</p> <p>2. Продолжать упражнять ведению мяча по кругу.</p> <p>3. Совершенствовать прыжки.</p> <p>4. Совершенствовать умение передавать друг другу мяч ногой в движении.</p> <p>5. Развивать ловкость.</p>	<p>- Перебрасывание двух мячей в парах одновременно</p> <p>- Ведение мяча, продвигаясь по кругу</p> <p>- Прыжки на мячах – хоппах</p> <p>- Передача мяча ногой в движении</p> <p>- П/и «Охотники и зверь»</p>
25	Балансировка на тренажере (январь)	<p>1. Учить балансированию на фитболе, сохраняя равновесие.</p> <p>2. Продолжать учить перебрасывать мяч через сетку.</p> <p>3. Совершенствовать навыки ведения мяча.</p>	<p>- Балансировка на фитболе (сидя, стоя на коленях, руки в стороны; лежа на животе, руки в стороны)</p> <p>- Перебрасывание мяча через сетку</p> <p>- Ведение мяча в движении</p> <p>- П/и «Меткий стрелок»</p>
26	Забрасывание мяча	<p>1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину.</p> <p>2. Упражнять в быстрой смене движений.</p> <p>3. Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру.</p> <p>4. Закреплять умение забрасывать мяч в ворота в движении.</p> <p>5. Развивать ориентировку в пространстве.</p>	<p>- Забрасывание мяча в корзину с трех шагов</p> <p>- Прокатывание набивного мяча из разных и.п.</p> <p>- Перебрасывание мяча через сетку одной рукой, ловля двумя руками</p> <p>- Броски мяча в ворота в движении</p> <p>- П/и «Горячая картошка»</p>

27	Бросание и ловля мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить соразмерять силу броска с расстоянием.</li> <li>2. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук.</li> <li>3. Развивать глазомер.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Бросание и ловля набивного мяча</li> <li>- Забрасывание мяча в корзину с трех шагов</li> <li>- Перебрасывание мяча в парах разными способами</li> <li>- П/и «Пятнашки на улиточках»</li> </ul>
28	Ведение мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить вести мяч с поворотом.</li> <li>2. Закрепить умение делать хороший замах, энергичный бросок.</li> <li>3. Закрепить умение вести мяч ногой, с помощью ориентиров.</li> <li>4. Развивать выносливость.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ведение мяча с поворотом</li> <li>- Бросание мяча до указанного ориентира</li> <li>- Прыжки на мячах - хоппах</li> <li>- Ведение мяча ногой с помощью ориентиров</li> <li>- П/и «Мяч капитану»</li> </ul>
29	Балансировка на тренажере.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать учить балансированию на фитболе, сохраняя равновесие.</li> <li>2. Продолжать учить перебрасывать мяч через сетку.</li> <li>3. Совершенствовать навыки ведения мяча</li> </ol>	<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>- Перебрасывание мяча через сетку</li> <li>- Ведение мяча в движении</li> <li>- П/и «Меткий стрелок»</li> </ul>
30	Забрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину.</li> <li>2. Упражнять в быстрой смене движений.</li> <li>3. Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру.</li> <li>4. Закреплять умение забрасывать мяч в ворота в движении.</li> <li>5. Развивать ориентировку в пространстве.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Забрасывание мяча в корзину с трех шагов</li> <li>- Прокатывание набивного мяча из разных и.п.</li> <li>- Перебрасывание мяча через сетку одной рукой, ловля двумя руками</li> <li>- Броски мяча в ворота в движении</li> <li>- П/и «Горячая картошка»</li> </ul>
31	Броски и ловля мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать учить соразмерять силу броска с</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Бросание и ловля набивного мяча</li> <li>- Забрасывание мяча в корзину с трех шагов</li> </ul>
		<ol style="list-style-type: none"> <li>расстоянием.</li> <li>2. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук.</li> <li>3. Развивать глазомер.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Перебрасывание мяча в парах разными способами</li> <li>- П/и «Пятнашки на улиточках»</li> </ul>
32	Ведение мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать учить вести мяч с поворотом.</li> <li>2. Закрепить умение делать хороший замах, энергичный бросок.</li> <li>3. Закрепить умение вести мяч ногой, с помощью ориентиров.</li> <li>4. Развивать выносливость.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ведение мяча с поворотом</li> <li>- Бросание мяча до указанного ориентира</li> <li>- Прыжки на мячах - хоппах</li> <li>- Ведение мяча ногой с помощью ориентиров</li> <li>- П/и «Мяч капитану»</li> </ul>
33	Ведение мяча (февраль)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить управлять мячом, мягко отталкивая кистью.</li> <li>2. Закреплять умение работать в парах.</li> <li>3. Упражнять в произвольном действии мячом</li> <li>4. Развивать внимание</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ведение мяча, продвигаясь бегом.</li> <li>- Перебрасывание мяча через сетку в парах</li> <li>- Подбрасывание и ловля мяча с поворотом</li> <li>- П/и «Мяч - ловцу»</li> </ul>

34	Перебрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить ловко принимать и точно передавать мяч друг другу во время ходьбы.</li> <li>2. Упражнять в быстрой смене движений.</li> <li>3. Упражнять в умении передачи мяча в движении.</li> <li>4. Развивать ориентировку в пространстве.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы</li> <li>- Ведение мяча с поворотами</li> <li>- Отбивание мяча по кругу.</li> <li>- Передача мяча ногой в движении</li> <li>- П/и «Мельница»</li> </ul>
35	Броски мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить отбивать мяч ладонями в движении</li> <li>2. Упражнять ведению мяча в беге.</li> <li>3. Упражнять в перебрасывании мяча ногой друг другу в движении.</li> <li>4. Развивать глазомер, ловкость, чувство ритма.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Броски мяча о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать</li> <li>- Ведение мяча, продвигаясь бегом</li> <li>- Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно</li> <li>- П/и «Ловишка с мячом»</li> </ul>
36	Ведение мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить управлять мячом, мягко отталкивая кистью.</li> <li>2. Закреплять умение работать в парах.</li> <li>3. Упражнять в произвольном действии мячом</li> <li>4. Развивать внимание</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ведение мяча, продвигаясь бегом.</li> <li>- Перебрасывание мяча через сетку в парах</li> <li>- Подбрасывание и ловля мяча с поворотом</li> <li>- П/и «Мяч - ловцу»</li> </ul>
37	Ведение мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять ведение мяча, шагом и бегом, правой, левой рукой.</li> <li>2. Закреплять умение работать в парах.</li> <li>3. Упражнять в произвольном действии мячом</li> <li>4. Развивать внимание.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ведение мяча, продвигаясь бегом.</li> <li>- Перебрасывание мяча через сетку в парах</li> <li>- Подбрасывание и ловля мяча с поворотом</li> <li>- П/и «Мяч - ловцу»</li> </ul>
38	Передача мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять перебрасыванию мяча из разных исходных положений.</li> <li>2. Упражнять передаче мяча в парах во время ходьбы и бега.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Перебрасывание из разных положений (сидя, стоя, лежа).</li> <li>- Перебрасывание мячей друг другу во время ходьбы.</li> <li>- Перебрасывание мячей друг другу во время бега</li> </ul>
39	Ведение мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать учить вести мяч с поворотом.</li> <li>2. Закрепить умение делать хороший замах, энергичный бросок.</li> <li>3. Закрепить умение вести мяч ногой, с помощью ориентиров.</li> <li>4. Развивать выносливость.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ведение мяча с поворотом</li> <li>- Бросание мяча до указанного ориентира</li> <li>- Прыжки на мячах - хоппах</li> <li>- Ведение мяча ногой с помощью ориентиров</li> <li>- П/и «Мяч капитану»</li> </ul>
40	Броски мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять умение отбивать мяч ладонями в движении</li> <li>2. Упражнять ведению мяча в ходьбе</li> <li>3. Упражнять в перебрасывании мяча ногой друг другу в движении.</li> <li>4. Развивать глазомер, ловкость, чувство ритма.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Броски мяча о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать</li> <li>- Ведение мяча, продвигаясь шагом</li> <li>- Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно</li> <li>- П/и «Ловишка с мячом»</li> </ul>

41	Забрасывание мяча (март)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять навык забрасывания мяча в корзину.</li> <li>2. Упражнять в быстрой и точной передаче мяча в парах, во время ходьбы.</li> <li>3. Упражнять в умении броска в ворота на меткость.</li> <li>4. Развивать глазомер, ловкость.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3 шагов)</li> <li>- Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы</li> <li>- Бросание мяча в вертикальную цель (с 3-4м.)</li> <li>- Бросок мяча ногой в ворота на меткость</li> <li>- П/и «Попади мячом в цель»</li> </ul>
42	Передача мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить определять направление и скорость мяча, удерживать кистями рук.</li> <li>2. Упражнять в перебрасывании набивного мяча в парах.</li> <li>3. Передача мяча в парах.</li> <li>4. Развивать координацию движений.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую в движении</li> <li>- Перебрасывании мяча друг другу во время ходьбы</li> <li>- Перебрасывание набивного мяча в парах</li> <li>- П/и «Мельница»</li> </ul>
43	Балансировка на тренажере	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять навык устойчивого равновесия при балансировке на фитболе.</li> <li>2. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук.</li> <li>3. Развивать внимание</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Лежа на животе на фитболе, поворот на спину</li> <li>- Балансировка на фитболе лежа на животе</li> <li>- Перебрасывание мяча через сетку двумя руками из-за головы</li> <li>- П/и «Охотники и куропатки»</li> </ul>
44	Отбивание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять умение отбивать мяч ладонями в нужном направлении.</li> <li>2. Упражнять в точной передаче мяча друг другу.</li> <li>3. Закреплять умение останавливать мяч ногой в движении.</li> <li>4. Совершенствовать технику движений.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении</li> <li>- Перебрасывание мяча друг другу в парах во время бега</li> <li>- Остановка и передача мяча в движении</li> <li>- П/и «не урони мяч»</li> </ul>
45	Забрасывание мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять навык забрасывания мяча в корзину.</li> <li>2. Упражнять в быстрой и точной передаче мяча в парах, во время ходьбы.</li> <li>3. Упражнять в умении броска в ворота на меткость.</li> <li>4. Развивать глазомер, ловкость.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3 шагов)</li> <li>- Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы</li> <li>- Бросание мяча в вертикальную цель (с 3-4м.)</li> <li>- Бросок мяча ногой в ворота на меткость</li> <li>- П/и «Попади мячом в цель»</li> </ul>
46	Передача мяча	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжать учить определять направление и скорость мяча, удерживать кистями рук.</li> <li>2. Упражнять в перебрасывании набивного мяча в парах.</li> <li>3. Передача мяча в парах.</li> <li>4. Развивать координацию движений</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую в движении</li> <li>- Перебрасывании мяча друг другу во время ходьбы</li> <li>- Перебрасывание набивного мяча в парах</li> <li>- П/и «Мельница»</li> </ul>
47	Балансировка на тренажере	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закреплять навык устойчивого равновесия при балансировке на фитболе.</li> <li>2. Продолжать учить гасить</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Работа на тренажере по карточкам</li> <li>- Балансировка на фитболе лежа на животе</li> <li>- Перебрасывание мяча через сетку двумя</li> </ul>

		<p>скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук. 3. Развивать внимание.</p>	<p>руками из-за головы - П/и «Охотники и куропатки»</p>
48	Отбивание мяча	<p>1. Закреплять умение отбивать мяч ладонями в нужном направлении. 2. Упражнять в точной передаче мяча друг другу. 3. Закреплять умение останавливать мяч ногой в движении. 4. Совершенствовать технику движений.</p>	<p>- Отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении - Перебрасывание мяча друг другу в парах во время бега - Остановка и передача мяча в движении - П/и «не урони мяч»</p>
49	Ведение мяча (апрель)	<p>1. Учить мягкими, плавными движениями вести мяч в разных направлениях. 2. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. 3. Закреплять умение вести мяч ногой с помощью ориентиров. 4. Развивать ориентировку в пространстве</p>	<p>- Ведение мяча в разных направлениях, с остановкой на сигнал, - Бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы - Ведение мяча в движении - Прыжки на мячах – хоппах - П/и «Лови – не лови»</p>
50	Ведение мяча	<p>1. Продолжать учить мягкими, плавными движениями вести мяч в разных направлениях, останавливаться на сигнал. 2. Упражнять в слитном выполнении замаха и броска мяча в корзину с разного расстояния.</p>	<p>- Ведение мяча правой, левой рукой в разных направлениях, с остановкой на сигнал - Бросание мяча в корзину от плеча с разного расстояния - П/и «Пятнашки на улиточках»</p>
51	Забрасывание мяча	<p>1. Продолжать учить занимать правильное и.п. при забрасывании мяча в корзину. 2. Закреплять умение гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук. 3. Закреплять умение броска мяча ногой в ворота на меткость. 4. Отрабатывать навык отбивания мяча на месте. 5. Развивать выносливость.</p>	<p>- Забрасывание мяча в корзину с трех шагов - Отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении - Бросок мяча в ворота на меткость - Отбивание мяча на месте - П/и «Футбол»</p>
52	Броски мяча	<p>1. Закреплять умение правильно ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. Упражнять в точной передаче мяча друг другу. 3. Развивать глазомер, ловкость.</p>	<p>- Броски мяча с хлопком и ловля его в движении - Перебрасывание 2 мячей одновременно в парах - Перебрасывание мяча друг другу от плеча одной рукой (3-4м.) - П/и «Салки с мячом»</p>
53	Ведение мяча	<p>1. Продолжать учить мягкими, плавными движениями вести мяч в разных направлениях 2. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину.</p>	<p>- Ведение мяча в разных направлениях, с остановкой на сигнал - Бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы - Ведение мяча в движении - Прыжки на мячах – хоппах</p>



		<p>3. Закреплять умение вести мяч ногой с помощью ориентиров.</p> <p>4. Развивать ориентировку в пространстве.</p>	- П/и «Лови – не лови»
54	Забрасывание мяча	<p>1. Продолжать учить занимать правильное и.п. при забрасывании мяча в корзину.</p> <p>2. Закреплять умение гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук.</p> <p>3. Закреплять умение броска мяча ногой в ворота на меткость.</p> <p>4. Отрабатывать навык отбивания мяча на месте.</p> <p>5. Развивать выносливость.</p>	<p>- Забрасывание мяча в корзину с трех шагов</p> <p>- Отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении</p> <p>- Бросок мяча в ворота на меткость</p> <p>- Отбивание мяча на месте</p> <p>- П/и «Футбол»</p>
55	Броски мяча	<p>1. Закреплять умение правильно ловить мяч, удерживать кистями рук.</p> <p>2. Упражнять в точной передаче мяча друг другу.</p> <p>3. Развивать глазомер, ловкость.</p>	<p>- Броски мяча с хлопком и ловля его в движении</p> <p>- Перебрасывание 2 мячей одновременно в парах</p> <p>- Перебрасывание мяча друг другу от плеча одной рукой (3-4м.)</p> <p>- П/и «Салки с мячом»</p>
56	Броски мяча	<p>1. Продолжать закреплять умение правильно ловить мяч, удерживать кистями рук.</p> <p>2. Упражнять в точной передаче мяча друг другу.</p> <p>3. Развивать глазомер, ловкость.</p>	<p>- Броски мяча с хлопком и ловля его в движении</p> <p>- Перебрасывание 2 мячей одновременно в парах</p> <p>- Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из за головы (3-4м.)</p> <p>- П/и «Салки с мячом»</p>
57	Перебрасывание мяча (май)	<p>1. Развивать точность движений при переброске мяча</p>	- Перебрасывание мяча через сетку, отбивание толчком двух ладоней
		<p>через сетку.</p> <p>2. Отрабатывать навык ведения мяча змейкой.</p> <p>3. Отрабатывать умение передачи мяча ногой в движении.</p> <p>4. Совершенствовать прыжки на мячах – хоппах.</p>	<p>- Ведение мяча змейкой, с остановкой на сигнал</p> <p>- Передача мяча ногой в движении</p> <p>- Прыжки на мячах – хоппах</p> <p>- П/и «Гонка мячей по шеренгам»</p>
58	Перебрасывание мячей	<p>1. Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами.</p> <p>2. Закреплять умение видеть мяч, быстро реагировать на его полет.</p> <p>3. Развивать координацию движений.</p>	<p>- Перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу</p> <p>- Отбивание фитбола двумя руками в ходьбе</p> <p>- Перебрасывание мяча через сетку</p> <p>- П/и «Пятнашки на улиточках»</p>
59	Ловля мяча	<p>1. Упражнять в быстром реагировании на мяч, летящего на разной высоте.</p> <p>2. Упражнять в слитном выполнении замаха и броска при забрасывании мяча в корзину.</p> <p>3. Развивать быстроту,</p>	<p>- Забрасывание мяча в корзину от плеча с разного расстояния</p> <p>- Ловля мяча, летящего на разной высоте</p> <p>- Метание набивного мяча на дальность</p> <p>- П/и «Мяч в воздухе»</p>

		сообразительность.	
60	Ведение мяча	1. Упражнять мягкому, плавному движению мяча с дополнительными заданиями. 2. Развивать силу броска. 3. Упражнять в перебрасывании мяча во время движения.	1. Ведение мяча с дополнительными заданиями - Бросание мяча до указанного ориентира - Перебрасывание мяча друг другу в парах во время бега, ходьбы - П/и «Меткий стрелок»
61	Броски мяча	1. Упражнять отбивать мяч ладонями в движении 2. Упражнять ведению мяча в беге 3. Упражнять в перебрасывании мяча ногой друг другу в движении. 4. Развивать глазомер, ловкость, чувство ритма.	- Броски мяча о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать - Ведение мяча, продвигаясь бегом - Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля его другой рукой - П/и «Ловишка с мячом»
62	Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	- Ведение мяча в движении – 10м. 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, согласованно с передвижением) - Броски мяча в корзину 2-мя руками из – за головы (с расстояния 3м., высота – 2м.) - Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте - Броски мяча об пол и ловля двумя руками в движении - Ведение мяча ногой в движении – 10м. не теряя мяча
			- Броски на меткость мяча в ворота (4 из 10)
63	Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	- Перебрасывание мяча через сетку - Перебрасывание мяча друг другу - Отбивание мяча на месте - Подбрасывание мяча с хлопками в движении - Броски мяча в ворота на меткость
64, 65, 66	Итоговое	См. приложение	Развлечение «Разноцветный быстрый мяч», эстафеты, приглашение родителей.

**2.1.2. Календарно-тематический план  
(первый год обучения)**

№	Раздел	Кол-во	Теоретико-практический	Практический
1	Возрастные характеристики возможных достижений ребенка	4		4
2	История возникновения мяча	1	1	
3	Броски мяча	19		19
4	Подбрасывание мяча	6		6
5	Перебрасывание мяча в парах	10		10
6	Перебрасывание мяча через сетку	6		6
7	Отбивание мяча	10		10

8	Забрасывание мяча в корзину	5		5
9	Знакомство с тренажерами	1	1	
10	Упражнения с тренажерами	4		4
	Итого:	66	2	64

**2.1.3. Календарно-тематический план  
(второй год обучения)**

№	Раздел	Кол-во	Теоретико-практический	Практический
1	Возрастные характеристики возможных достижений ребенка	4		4
2	История возникновения мяча	1	1	
3	Беседа о спортивной игре «волейбол»	1	1	
4	Беседа о спортивной игре «баскетбол»	1	1	
5	Беседа о спортивной игре «футбол»	1	1	
6	Броски мяча	15		15
7	Отбивание мяча	7		7

8	Перебрасывание мяча	10		10
9	Упражнения на тренажерах	4		4
10	Забрасывание мяча в цель	8	8	
11	Ведение мяча	10		10
12	Перебрасывание мяча через сетку и ловля его	4	4	
	Итого:	66	16	50

### **Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия.**

И.П. сидя на гимнастической скамейке, стуле, полу; ноги вытянуты вперед, руки свободно лежат на ногах, спина прямая.

1. Здравствуйте – до свидания. Совершать движения стопами от себя/ на себя.
2. Поклонились. Согнуть и разогнуть пальцы ног.
3. Большой палец поспорил со своими братьями. Двигать большими пальцами ног на себя, остальными от себя. Если не получается, можно помочь руками.
4. Пальчики поспорились, помирились. Развести носки ног в стороны, свести вместе.
5. Пяточки поспорились, помирились. Развести пятки в стороны, свести вместе.

И.П. сидя на коврике, руки в упоре сзади.

6. Ёжик. Стопа опирается на массажный мячик. Перекатывать мячик с пятки на носок и обратно, максимально нажимая на него (8-10 раз каждой стопой).
7. Подними платки. Около каждой стопы лежит по носовому платку. Захватить их пальцами ног, ноги поднять и удерживать в таком положении на счет 1-3, затем пальцы разжать, чтобы платки упали. Опустить ноги (6-8 раз).
8. Растяни ленточку. Около пальцев ног лежит ленточка. Захватить ее концы пальцами, ноги поднять и развести в стороны (3- 4 раза).
9. Нарисуй фигуру. Пальцами ног, захватывая по одному карандашу, выкладывать фигуры (квадрат, треугольник, стрелку) и буквы (А,К,Г,Л,П).

И.П. стоя.

10. Ходьба на носках с разным положением рук (вверх, в стороны, на плечах).
11. Ходьба на пятках, руки в замке на затылке.
12. Мишка косолапый. Ходьба на внешней стороне стопы.
13. Ходьба по различным поверхностям, бревнам и т.п.

Упражнения от плоскостопия выполняются сидя на стуле:

- выполняем стопами круговые движения;
- тянем носки на себя, затем от себя, не сгибая колени;
- сгибание-разгибание пальцев;
- сведение-разведение носков, при этом пятки не отрываем от пола;
- соединяем подошвы (колени не согнуты);
- большим пальцем ноги проводим по голени другой снизу вверх, затем меняем ноги;
- отрываем от пола носки, пятки поочередно;

- сгребаем подошвами воображаемый песок, на пляже – реальный;
- пытаемся захватить пальчиками ног различные предметы вокруг себя;
- провести подошвой и внутренним краем левой ступни по правой голени, поменять ногу;
- катаем подошвой различные овальные предметы.

Комплекс упражнений для выполнения стоя:

- приподнимаемся на носочках;
- перекаты с носка на наружную часть стопы, затем обратно;
- упираемся на внешние части подошвы, в таком положении стоим 40 секунд;
- приседаем, не отрывая от пола пятки;
- стоя прямо, согнуть одну ногу в колене под прямым углом, выполняем вращения голенью, самой ступней.

Выполняем упражнения во время ходьбы:

- ходим по бревну боком;
- ходьба на носках, пятках, внутреннем и внешнем крае ступни;
- ходить гусиным шагом 1 минуту, затем полуприсядом столько же.
- ***И.П. лежа на спине.***
- 1. Подошвенное и тыльное сгибание стоп с удержанием в каждом положении по 4-6 секунд.
- 2. Круговые движения ногами «велосипед» с акцентом на движения стопами.
- 3. Одновременное сжимание пальцев рук и ног в кулаки с последующим растопыриванием пальцев.
- 4. Круговые движения стопами внутрь и наружу медленно с максимальной амплитудой.
- 5. Захват стопами крупного предмета (мяча, мешка с песком), перекалывание за голову с последующим возвращением в И.П.
- 6. Поочередное и одновременное потягивание пятками по 4-6 секунд.
- 7. И.П. Лежа на спине, ноги согнуты в коленных (КС), тазобедренных (ТБС) суставах, подошвы стоят на полу. Разведение и сведение пяток.
- 8. И.П. как в 5. Поочередный и одновременный отрыв пяток от пола с удержанием в течение 4-6 секунд.
- 9. И.П. как в 5. Разведение ног с постановкой на носки, сведение с постановкой на пятки.
- ***И.П. сидя на полу. Руки в упоре сзади. Ноги прямые.***
- 1. Поочередный подъем прямых ног с одновременным тыльным сгибанием
- 2. стоп и удержанием в течение 4-6 секунд.

- 3. Подъем прямой ноги, тыльное сгибание стопы. Сгибание ноги в КС одновременно с подошвенным сгибанием стопы. Разгибание в КС, подошвенное сгибание стопы, принятие И.П.
- 4. И.П. сидя на полу. Руки в упоре сзади. Ноги согнуты в КС,ТБС, стопы стоят на полу. Разведение и сведение пяток.
- 5. И.П. как в 3. Захват мелких предметов перед собой, перекладывание по обе стороны от себя с последующим возвращением на место.
- 6. И.П. как в 3. Захват стопами крупного предмета, выпрямление ног в КС, возвращение в И.П.
- 7. И.П. как в 3. Гофрирование стопами [коврика](#).
- 8. И.П. как в 3. Катание каждой стопой малого мяча.
- 9. И.П. как в 3 Катание стопами палки.
- 10.И.П. как в 3. Разведение ног с постановкой на пятки, сведение с постановкой на носки.

- ***И.П. стоя***

- 1. Подъем на носки.
- 2. Подъем на пятки
- 3. Полуприседы на носках.
- 4. Подъем на наружные своды стоп.
- 5. И.П. стоя, носки вместе, пятки врозь. Полуприседы.
- 6. И.П. стоя на гимнастической палке. Приседы.
- 7. Ходьба на месте без отрыва пальцев от пола.
- 8. Повороты туловища в стороны без отрыва стоп от пола
- 9. Разведение пяток, И.П. Разведение носков, И.П.

- **Упражнения в ходьбе**

- 1. Ходьба на носках.
- 2. Ходьба на пятках.
- 3. Ходьба на наружном крае стопы
- 4. Ходьба на носках в полуприседе.
- 5. Ходьба по гимнастической палке, шведской стенке приставным шагом.
- 6. Ходьба с высоким подниманием бедра, подошвенным сгибанием стопы.
- 7. Ходьба по ребристой доске.
- 8. Ходьба по наклонной плоскости
- 9. Ходьба по следовой дорожке.

- **4.3.Самомассаж стоп.**

- Для самомассажа удобно использовать массажный коврик или массажный ролик. Резиновые изделия имеют следующие преимущества перед пластмассовыми: 1) они более мягко воздействуют на ткани ребенка;
- 2) составляющие их массажные элементы можно захватывать пальцами ног. Продолжительность аппаратного самомассажа 2 - 5 минут, в зависимости от возраста и подготовленности детей, общей продолжительности занятия. самомассаж можно проводить как отдельную процедуру, или включать в занятие лечебной гимнастикой в качестве вводной или заключительной части. Сила, с которой стопы давят на массажный коврик (ролик), определяется чувствительностью ребенка. В процессе проведения самомассажа дети не должны испытывать болевых ощущений. Первые процедуры проводят сидя. В последующем вводная и основная части проводятся сидя, заключительная - стоя. После массажа полезно прилечь на несколько минут с приподнятыми над горизонтальной поверхностью ногами.
- ***И.П. сидя на стуле.***
- 1. Продольное растирание стоп, продвигая их вперед и назад вдоль коврика одновременно и поочередно.
- 2. Круговое растирание стоп, продвигая их по кругу, перемещая нагрузку от пятки к пальцам вдоль внешнего свода одновременно и поочередно.
- 3. Поперечное растирание стоп, продвигая их в стороны и к центру. Выполняется одновременно обеими ногами.
- 4. Захват ворсин коврика пальцами ног с удержанием в течение нескольких секунд.
- 5. Захват ворсин коврика пальцами ног и попытка супинации стоп, не выпуская ворсин.
- 6. Захват ворсин коврика пальцами ног и попытка раздвинуть стопы (разорвать коврик), не выпуская ворсин.
- ***И.П. стоя.***
- 1. Продольное растирание стоп, поочередно продвигая их вперед и назад вдоль коврика.
- 2. Продольное растирание стоп с акцентом на наружные края.
- 3. Перекаты с пятки на носок и обратно, стоя на коврике.
- 4. Разведение и сведение пяток, стоя на коврике.
- 5. Разведение и сведение передних отделов стоп, стоя на коврике.
- 6. Поочередный подъем ног с захватом ворсин коврика пальцами поднимаемой стопы.
- **комплекс гимнастики для профилактики плоскостопия детям 4-6 лет, представленный в игровой форме «у царя обезьян»**

- *Мы пойдём сегодня в гости к царю обезьян. Обезьяны похожи на детей, но они все могут делать не только руками, но и ногами. Их иногда за это называют четверорукими.*
- 1. Пошли в обход по залу. Обычная ходьба.
- 2. Какая высокая трава. Пошли на носках, руки подняли вверх. Так я увижу вас, ребята. Ходьба на носках, руки вверх.
- 4. Вот и прошли этот участок. Обычная ходьба.
- 1. Болото, идти опасно. Идем строго по следовой дорожке. Ходьба по следовой дорожке.
- 2. Переходим через ручей. Ходьба приставным шагом по гимнастической палке.
- 3. Утята гуляют возле ручья. Ходьба на пятках, руки на плечевых суставах.
- 4. Какой-то подозрительный шум в лесу. Идем тихо-тихо. Ходьба в полуприседе на носках.
- 5. Это медведь идет. Ходьба на наружной стороне стопы, руки на поясе.
- 6. Вот мы и подходим. Уже видны обезьяньи домики. Обычная ходьба, построение вдоль обручей.
- 7. Маленькие обезьянки тоже хотят нас увидеть: поднимаются на носки. Подъем на носки, руки вверх. Вдох. И.П. выдох.
- 1. Обезьянки поворачиваются вправо, смотрят на нас, влево поворачиваются, хотят всех нас увидеть. И.П. основная стойка. Повороты вправо с отведением правой руки вправо - вдох, И.П.- выдох. Повороты влево с отведением левой руки влево - вдох, И.П.- выдох. Выполняется без отрыва стоп.
- 2. Обезьянки показывают нам, какие у них мячики. И.П. стоя на обруче, в руках мяч. Полуприсед, мяч подняли - вдох. И.П. - выдох.
- 3. Наверное, мячи у обезьянок - любимые игрушки. И.П. то же. Подняли мяч, отставили правую ногу назад на носок - вдох, И.П. - выдох.
- 4. Обезьянки решили показать нам все свои игрушки: сели перед своими домиками и ножками достают из домиков мелкие игрушки. И.П. Сидя.
- 5. Руки в упоре сзади. Ноги согнуты в КС,ТБС. Захват стопами мелких предметов перед собой и перемещение их вправо и влево.
- 6. Теперь обезьянки решили играть большими мячами. И.П. как в 14. Захват стопами большого мяча, выпрямление ног в КС - выдох, И.П. - вдох.
- 7. Обезьянки очень гибкие. Они выпрямили ноги и наклонились, потянулись к стопам руками. Наклон к прямым ногам - выдох -4-6 секунд. Стопы в положении тыльного сгибания. И.П. вдох.



- 8. Обезьянки собирают свои игрушки в домик. Захват стопами мелких предметов справа и слева и перемещение их по центру перед собой.
- 9. Обезьянки пошли на прогулку. Вот они идут по наклонному бревну к высокому дереву. Ходьба по наклонной гимнастической скамейке.
- 10. Забираются по веткам дерева выше и выше. Лазание по шведской стенке.
- 11. Перебираются с одного дерева на другое. Ходьба приставным шагом по шведской стенке.
- 12. Спускаются на землю. Лазание по шведской стенке.
- 13. Идут по каменистой гряде. Ходьба по ребристой доске.
- 14. И попадают прямо на берег с обилием мелких камушков. Обезьянки массируют стопы. Массаж стоп на роликовых массажерах.
- 15. Обезьянки вернулись домой. Легли в свои домики. Свернулись клубочками и сами себя укачивают. Перекаты в группировке.
- 16. Обезьянки выпрямились, расслабились, слушают, как у них отдыхают стопы.

### **Комплекс упражнений для формирования и закрепления правильной осанки.**

**И.П. Стоя у стены**

1. Принять правильную осанку у стены. Отойти от стены на 1-2 шага, сохраняя правильное положение осанки с напряжением.
2. Принять правильную осанку у стены. Сделать 2 шага вперед, присесть, вытянув руки вперед, встать. Вновь принять правильную осанку с напряжением мышц.
3. Принять правильную «осанку у стены. Сделать 1-2 шага вперед, расслабить последовательно мышцы шеи, плечевого пояса и туловища. Вновь принять правильную осанку с напряжением мышц.
4. Принять правильную осанку у стены. Приподняться на носки, удерживаясь в этом положении 3-4 с. Вернуться в и.п.

**И.П. лежа на спине в правильном положении:** голова, туловище, ноги располагаются по прямой линии, проходящей через вертикальную осевую линию тела, руки прижаты к туловищу.

1. Приподнять голову и плечи, взглядом проверить правильное положение тела, вернуться в и.п.
2. Прижать поясницу к полу. Встать, принять правильную осанку, сохраняя в пояснице то же напряжение, что и в положении лежа

**И.П.: стоя. Упражнения в сочетании с ходьбой.**

1. Принять правильную осанку в и.п. стоя. Ходьба с изменением направления, остановками, поворотами, различным положением рук и сохранением правильной осанки — 1-2 мин.

2. Ходьба с мешочком на голове, с сохранением правильной осанки.
3. Ходьба с мешочком на голове, перешагивая через препятствия (веревку, гимнастическую скамейку).

Недостаточная двигательная активность – гипокинезия – все больше «молодеет». Она отмечается не только у детей старшего возраста, но все чаще у младших школьников, дошкольников и даже у совсем маленьких детей.

Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольников. Она зависит от организации физического воспитания детей, от уровня их двигательной подготовленности, индивидуальных особенностей, телосложения и функциональных возможностей растущего организма. Дети, систематически занимающиеся физкультурой, отличаются жизнерадостностью, бодростью духа и высокой работоспособностью. Физическая культура занимает ведущее место в воспитании детей и немалая роль в приобщении детей с раннего возраста к здоровому образу жизни ложится на плечи родителей.

- . Такой комплекс поможет и при формировании осанки, и в предотвращения различных заболеваний. Время выполнения каждого упражнения варьируется от тридцати секунд до трёх минут. Лягте на спину. Выполняйте круговые движения ногами имитируя езду на велосипеде. Оставаясь в лежачем положении выполняйте махи прямыми ногами в горизонтальной плоскости. Ноги при этом скрещиваются как бы подражая движению ножниц. Сядьте на пол, подтяните к себе колени и обхватите их руками. Выполняйте катания по полу на спине. Пытайтесь вернуться в начальное положение. Лягте на спину, руки разместите вдоль тела. Ноги согните в коленях. Оторвите таз от пола на максимально возможное расстояние. Удерживайте его в таком положении пять секунд, аккуратно вернитесь в начальное положение. Лягте на спину, руки, как и в предыдущем упражнении, расположите вдоль тела. Прямыми ногами попытайтесь достать пола за своей головой. Аккуратно возвращайтесь в начальное положение. Лёжа на животе возьмите себя за лодыжки. Потянитесь вверх как можно выше. Лягте на живот. Выполняйте одновременное поднятие рук и ног. Зафиксируйтесь в таком положении на несколько секунд. Обопритесь об пол коленями и руками. Выполняйте прогибы спины вниз, при этом поднимайте голову, и прогибы вверх (голову следует опустить). Также родитель может помочь ребёнку выполнить следующее очень эффективное упражнение. Малышу необходимо опереться руками в пол, а взрослому – взять его за лодыжки. Осуществляйте ходьбу на руках на протяжении пары минут.

Для формирования правильной осанки у детей, а также профилактики её нарушений в процессе занятий утренней гимнастикой, физической культурой и во время физкультминуток в домашних условиях и, главным образом, в дошкольных и школьных учреждениях можно использовать различные полезные упражнения. Ниже приведены примеры таких упражнений.

- Ребёнок стоит на одной ноге или ходит по бревну.
- Держа за спиной обруч, ребёнок делает наклоны в стороны.
- Держа в руках гимнастическую палку, ребёнок приседает, стоя на носках.
- Разведя руки в стороны, ребёнок делает наклоны назад.
- Поставив ноги врозь и держа в руках гимнастическую палку, ребёнок, прогнувшись, делает наклоны вперёд.
  - Ребёнок поднимает ноги вверх, лёжа на спине.
  - Ребёнок ползает на четвереньках.
  - Ребёнок, сохраняя правильную осанку, ходит, удерживая какой-либо груз на голове.
    - Опущенными руками ребёнок держит гимнастическую палку за концы и поднимает руки вверх, заводя палку за спину, после чего чередует наклоны влево и вправо.
    - Используя турник или шведскую стенку, ребёнок, крепко обхватывая руками перекладину, сгибает ноги под прямым углом и находится в таком положении в течение нескольких секунд.
    - Находясь в положении «ноги вместе, руки опущены», ребёнок отводит правую ногу назад, а руки разводит в стороны и замирает, после чего повторяет упражнение с левой ноги.
    - Лёжа на спине, ребёнок при помощи ног «крутит педали велосипеда» или изображает «ножницы».
    - Лёжа на животе, ребёнок приподнимает согнутые в коленях ноги, обхватывает лодыжки руками и начинает покачиваться, как лодочка на волнах.
    - Стоя перед зеркалом, ребёнок, чередуя, сначала нарушает, а потом исправляет осанку.
- Ребёнок прислоняется к стене пятью точками (затылок, лопатки, ягодицы, икры и пятки). Эти точки являются основными изгибами нашего тела наружу и в норме должны соприкасаться со стеной. После этого он выполняет различные движения, к примеру, приседания или разведение ног и рук в стороны, напрягая мышцы в среднем по 5 секунд.

### **Требования к уровню подготовки воспитанников.**

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 старшего дошкольного 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 и ситуации в игре.

Важнейшим требованием к уровню подготовки воспитанников является принцип отбора содержания для начального обучения приемам игры в баскетбол детей дошкольного возраста. Выделение тех действий с мячом и без него, которые составляют основу техники любой подвижной игры с мячом, которые доступны детям старшего 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.

## **2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.**

Образовательная область «Физическое развитие»

Оздоровительные задачи: охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма; всестороннее физическое совершенствование функций организма ; повышение работоспособности и закаливание;

Образовательные задачи: формирование двигательных умений и навыков развитие физических качеств овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья

Воспитательные задачи: Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями . Разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).

### Направления физического развития:

Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:

- связанной с выполнением упражнений
  - направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость
  - способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики
  - связанной с правильным, не наносящим вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)
- Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере  
Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Методы физического развития		
Наглядный	Словесный	Практический
Наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)	Объяснения, пояснения, указания Подача команд, распоряжений, сигналов Вопросы к детям Образный сюжетный рассказ, беседа Словесная инструкция	Повторение упражнений без изменения и с изменениями. Проведение упражнений в игровой форме. Проведение упражнений в соревновательной форме. Средства физического развития.

### Формы физического развития

- \* Двигательная активность, занятия физкультурой
- \* Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода)
- \* Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания)
- \* Физкультурные занятия, утренняя гимнастика, физкультура на свежем воздухе.
- \* Гимнастика после сна, закаливающие мероприятия
- \* Подвижные игры, физминутки
- \* Спортивные праздники, развлечения и соревнования.
- \* Самостоятельная двигательнo–игровая деятельность детей.

Здоровьесберегающие технологии - это технологии, направленные на сохранении здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Виды здоровьесберегающих технологий.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья,

Технологии обучения здоровому образу жизни ,

Коррекционные технологии,

Динамические паузы,

Подвижные и спортивные игры,

Релаксация; различные гимнастики ,физкультурные занятия,

Проблемно – игровые занятия, коммуникативные игры, занятия из серии

«Здоровье», сказкотерапия, технологии музыкального воздействия цветотерапи,

медико-профилактические, физкультурно-оздоровительные, организация

мониторинга здоровья воспитанников, организация и контроль питания детей,

физического развития дошкольников, закаливание, организация

профилактических мероприятий, организация обеспечения требований

СанПинов, организация здоровьесберегающей среды, развитие физических

качеств, двигательной активности. Становление физической культуры детей.

Дыхательная гимнастика. Профилактика плоскостопия и формирование

правильной осанки. Воспитание привычки к повседневной физической

активности и заботе о здоровье.

### **2.2.1. Система физкультурно-оздоровительной работы**

**Цель:** Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

#### **Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы:**

- принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей
- принцип научности - подкрепление проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками
- принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего учебно - воспитательного процесса и всех видов деятельности

- принцип результативности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья
- принцип результативности и гарантированности - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительных результатов независимо от возраста и уровня физического развития.

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

#### **СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

В старшем дошкольном возрасте педагог строит свое взаимодействие на основе укрепления сложившихся деловых и личных контактов с родителями воспитанников.

Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников

1. Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (занятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

#### **ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ**

Инструктор по физическому развитию активно вовлекает родителей в совместные с детьми виды деятельности, помогает устанавливать партнерские взаимоотношения, поощряет активность и самостоятельность детей. В процессе организации разных форм детско-родительского взаимодействия инструктор способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников

1. Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях.

Инструктор опирается на проявление заинтересованности, инициативности самих родителей, делая их активными участниками спортивных досугов «Крепкие и здоровые», «Зимние забавы», «Мы играем всей семьей».

Алгоритм совместной физкультурно-оздоровительной работы дошкольного образовательного учреждения с семьей.

1. Анкетирование родителей, в рамках мониторинга Физического развития и оздоровления детей с целью выявления знаний и умений родителей в области здорового образа жизни, организации питания и двигательной активности детей, выполнения режимных моментов в семье;

2. Совместно с педиатром и медицинскими работниками изучение состояния здоровья детей, анализ заболеваний за предыдущий период времени

3. Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;

4. Создание в дошкольном образовательном учреждении и семье медико-

социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости у детей (создание зон различных видов физической активности, использование закаливающих процедур, разнообразных массажей, витамино-, водотерапии и т.п.);

5. Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни, необходимости выполнения общегигиенических требований, рационального режима дня, полноценного сбалансированного питания, закаливания, воздушного и температурного режима и т. д.;

6. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении;

7. Обучение родителей конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательная гимнастика, самомассаж, разнообразные виды закаливания и т.д.);

8. Ознакомление родителей с профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном образовательном учреждении и обучение их отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма (фитотерапии, ароматерапии и т.д.);

9. Освещение передового опыта семейного воспитания по физкультурно-оздоровительной работе среди семей воспитанников ДОУ, проведение конференций.

10. Создание газет для родителей и т. п.

#### **2.4. Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, включает различные направления, выбранных участниками образовательных отношений из числа парциальных и иных программ и созданных ими самостоятельно.**

**Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений.** Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, предполагает развитие детей по всем направлениям развития и углубленную работу в художественно-эстетическом и физическом развитии воспитанников (приоритетные направления МБДОУ). Содержательные и организационные аспекты данной части ориентированы на сохранение и укрепление здоровья детей, художественно-эстетическое развитие воспитанников, поддержку детской инициативы и свободной спонтанной игры. Особенности организации образовательного процесса в различных возрастных группах обусловлены спецификой возраста, их общим развитием, этнокультурными традициями, климато-географическими условиями проживания, наличием приоритетного направления МБДОУ, заказом родителей, требованиями СанПиН.

#### **Парциальные программы используемые в МБДОУ**

Направления развития дошкольников	Парциальные программы	Формы организации работы с детьми
-----------------------------------	-----------------------	-----------------------------------



<p>1.Физическое развитие Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.</p>	<p>1.В.Г.Алямовская « Как воспитать здорового ребенка» 2.Программно–методическое пособие Б.Б.Егоровой, В.Т.Кудрявцевой «Развивающая педагогика оздоровления»</p>	<p>- утренняя гимнастика; - гимнастика после дневного сна с закаливающими процедурами; -прогулки, походы; - совместные досуги с родителями и младшими школьниками; - спортивные праздники и развлечения; - НОД и беседы по ЗОЖ, ОБЖ, валеологии.</p>
---	--	--

## **2.5. Образовательные потребности, интересы и мотивы детей, членов их семей и педагогов.**

Построение субъект-субъектного взаимодействия педагога с детьми, которое требует от педагога высокого профессионального мастерства, развитой педагогической рефлексий способности конструировать педагогический процесс на основе педагогической диагностики.

Построение педагогического процесса на основе педагогической диагностики, которая представляет собой набор специально разработанных информативных методик и тестовых заданий, позволяющих воспитателю в повседневной жизни детского сада диагностировать реальный уровень развития ребенка, находить пути помощи ребенку в его развитии (задания направлены на выявление успешности освоения содержания различных разделов программы, на определение уровня владения ребенком позиции субъекта, на возможность отслеживания основных параметров эмоционального благополучия ребенка в группе сверстников, на выявление успешности формирования отдельных сторон социальной компетентности (экологическая воспитанность, ориентировка в предметном мире и др). Осуществление индивидуально-дифференцированного подхода, при котором воспитатель дифференцирует группу на типологические подгруппы, объединяющие детей с общей социальной ситуацией развития, и конструирует педагогическое воздействие в подгруппах путем создания дозированных по содержанию, объему, сложности, физическим, эмоциональным и психическим нагрузкам заданий и образовательных ситуаций (цель индивидуально-дифференцированного подхода — помочь ребенку максимально реализовать свой личностный потенциал, освоить доступный возрасту социальный опыт; в старших группах конструирование педагогического процесса требует дифференциации его содержания в зависимости от половых интересов и склонностей детей).

Творческое конструирование воспитателем разнообразных образовательных ситуаций (игровых, практических, театрализованных и т.д.), позволяющих

воспитывать гуманное отношение к живому, развивать любознательность, познавательные, сенсорные, речевые, творческие способности. Наполнение повседневной жизни группы интересными делами, проблемами, идеями, включение каждого ребенка в содержательную деятельность, способствующую реализации детских интересов и жизненной активности. Нахождение способа педагогического воздействия для того, чтобы поставить ребенка в позицию активного субъекта детской деятельности (использование игровых ситуаций, требующих оказания помощи любому персонажу, использование дидактических игр, моделирования, использование в старшем дошкольном возрасте занятий по интересам, которые не являются обязательными, а предполагают объединение взрослых и детей на основе свободного детского выбора, строятся по законам творческой деятельности, сотрудничества, сотворчества). Создание комфортных условий, исключающих «дидактический синдром», заорганизованность, излишнюю регламентацию, при этом важны атмосфера доверия, сотрудничества, сопереживания, гуманистическая система взаимодействия взрослых и детей во взаимоувлекательной деятельности (этим обусловлен отказ от традиционных занятий по образцу, ориентированных на репродуктивную детскую деятельность, формирование навыков).

Предоставление ребенку свободы выбора, приобретение индивидуального стиля деятельности (для этого используются методика обобщенных способов создания поделок из разных материалов, а также опорные схемы, модели, пооперационные карты, простейшие чертежи, детям предоставляется широкий выбор материалов, инструментов).

- Сотрудничество педагогического коллектива детского сада с родителями (выделяются три ступени взаимодействия: создание общей установки на совместное решение задач воспитания; разработка общей стратегии сотрудничества; реализация единого согласованного индивидуального подхода к ребенку с целью максимального развития его личностного потенциала).
- Организация материальной развивающей среды, состоящей из ряда центров (сенсорный центр, центр математики, центр сюжетной игры, центр строительства, центр искусства и др.), которая способствовала бы организации содержательной деятельности детей и соответствовала бы ряду показателей, по которым воспитатель может оценить качество созданной в группе развивающей предметно-игровой среды и степень ее влияния на детей (включенность всех детей в активную самостоятельную деятельность; низкий уровень шума в группе; низкая конфликтность между детьми; выраженная продуктивность самостоятельной деятельности детей; положительный эмоциональный настрой детей, их жизнерадостность, открытость).

### **3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ:**

### **3.1 Описание материально-технического обеспечения**

Материально – техническое обеспечение соответствует стандартам ФГОС.

#### **• Оборудование:**

- Спортивная площадка
- Шведская стенка
- Горка мягкая
- Модули игровые
- Стеллаж для спортивного инвентаря

Оборудование рационально размещено, соответствует росту и возрасту детей, санитарным нормам и технике безопасности.

#### **Пособие и оборудование**

##### Оборудование площадок и инвентаря для игры.

Оборудование площадок для обучения игры в баскетбол должно отвечать определенным требованиям. Применительно к участку детского сада, с учетом возраста старших дошкольников, наиболее удобна площадка для игр с мячом, уменьшенная наполовину по сравнению со взрослой. Площадка должна быть с твердым грунтом, утрамбованной землей, асфальтом. Размеры площадки 15х8м.

Границей площадки являются боковые и лицевые линии, которые наносятся краской. В центре площадки следует отметить круг, d-1.8м для розыгрыша мячей. Отмечать штрафную площадку не надо, т.к штрафные броски не применяются (они могут снизить интерес детей к игре в баскетбол).

Корзины по размерам должны соответствовать стандартным, т.е. с внутренним диаметром 45см, длиной сетки 40см. Корзины подвешивают не ниже 1.80 и не выше 2м над уровнем площадки.

Щит размером 120х90 см делается из целого прочного ДСП, края обводятся линией шириной в 5см. Стойку, к которой крепятся щиты, следует выносить на 1-1,5м от лицевой линии в целях предупреждения травм у детей.

На расстоянии 1-2м от площадки не должно быть деревьев и жестких предметов: камней, архитектурных форм, песочниц и тд.

Для игры используются детские мини-мячи для баскетбола d-18-20см. При обучении ведению мяча рекомендуется использовать мячи, которые хорошо отскакивают от пола.

В физкультурном зале ДООУ оборудуется одно кольцо на стене, и несколько переносных щитов с кольцами. Детей обучают игре в одно кольцо. В летнее время, когда дети освоят технику игры, игра проводится на открытой оборудованной площадке.

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

#### **Методическое обеспечение Программы**

Направления развития и цели	Программы	Парциальные программы и технологии
<p>1. Физическое развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Содействовать охране и укреплению здоровья детей, формировать правильную осанку, гармоничное телосложение.</li> <li>- Приучать детей сознательно относиться к собственному здоровью, знакомить их с доступными способами его укрепления.</li> <li>- Способствовать повышению уровня двигательных движений, освоению техники движений и их координации; направленности на результат при выполнении физических упражнений, выполнении правил подвижных игр</li> </ul>	<p>Основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» / под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, – М.: Мозаика – Синтез, 2014.</p> <p>Комплексное планирование к программе «От рождения до школы», согласно ФГОС / под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой – М.: Мозаика – Синтез, 2014 г.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Никишина И.В. Здоровьесберегающая педагогическая система: модели, подходы, технологии. - М.: «Планета», 2012.</li> <li>2. Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания. - М.: Мозаика-Синтез, 2005.</li> <li>3. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду М.: Мозаика-Синтез, 2005.</li> <li>4. Пензулаева. Л.И. Физкультурные занятия: во второй младшей группе - в средней группе - в старшей группе М.: Мозаика-Синтез, 2009.</li> <li>5. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет М.: Мозаика-Синтез, 2009.</li> <li>6. Бочарова Н.И., Вавилова Е.Н. «Развитие основных движений у детей 3-7 лет» Москва «Скрипторий 2003» 2007.</li> <li>7. Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А., Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. - М.: изд. центр ВЛАДОС, 2000.</li> <li>8. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольника. - М.: изд.</li> </ol>

		<p>центр ВЛАДОС, 2000.</p> <p>9.Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольника. М.,Вако, 2005.</p> <p>10. Аксенова З.Ф. Спортивные праздники в детском саду. - М., Т.Ц. Сфера, 2004.</p>
--	--	--

**3.3. Годовой календарный учебный график спортивной секции «Школа мяча (с элементами спортивных игр)»**

**на 2017-2018 учебный год**

№	Временной отрезок	Начало	Окончание	Длительность(недели, календарные дни)
1.	Продолжительность учебного года	02.10.2017г.	31.05.2018г.	33 недели
2.	Диагностико-организационный этап(мониторинг)	02.10.2017г. 22.05.2018г.	06.10.2017г. 31.05.2018г.	1 неделя 1 неделя,3 дня
3.	Учебный период (1 полугодие)	02.10.2017г.	29.12.2017г.	13 недель
4.	Каникулярное время	29.12.2017г.	09.01.2018г.	1неделя, 2 дня
5.	Учебный период (2 полугодие)	09.01.2018г.	31.05.2018г.	20 недель

Годовой календарный учебный график обсуждается и принимается Педагогическим советом МБДОУ до начала учебного года. Все изменения, вносимые МБДОУ в годовой календарный учебный график, утверждаются приказом заведующего образовательного учреждения и доводятся до всех участников образовательного процесса.

**График занятий спортивной секции  
«Школа мяча(с элементами спортивных игр)»**

Понедельник	1.15.15-15.40	гр.№14
	2.15.45-16.10	гр.№4,№9
Среда	1.15.15-15.40	гр.№14
	2.15.45-16.10	гр.№4,№9
Четверг	1.15.15-15.45	гр.№3,№5,№11
Пятница	1.15.15-15.45	гр.№3,№5,№11

### **3.3.3. Учебный- календарный план организационно образовательной деятельности.**

<b>Возраст</b>	<b>Длительность  занятий</b>	<b>Кол-во занятий в неделю</b>	<b>Кол-во занятий в месяц</b>	<b>Кол-во занятий в год</b>
5-6лет	25мин.	2	8	66
6-7лет	30мин.	2	8	66

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

Среда развития ребенка – это пространство его жизнедеятельности. Это те условия, в которых протекает его жизнь в дошкольном учреждении. Эти условия следует рассматривать как фундамент, на котором закладывается строительство личности ребенка.

Развивающая предметная среда – это система материальных объектов деятельности ребенка, функционально моделирующая содержание его духовного и физического развития. Она должна объективно – через свое содержание и свойства – создавать условия для творческой деятельности каждого ребенка, служить целям актуального физического и психического развития и совершенствования, обеспечивать зону ближайшего развития и его перспективу.

Окружающая ребенка среда должна обеспечивать ему физическое, умственное, эстетическое, нравственное, т.е. разностороннее развитие и воспитание.

Для полноценного физического развития детей, удовлетворении потребности в движении в дошкольном учреждении должны быть созданы определенные условия. В групповых комнатах выделено достаточно места для активного движения, физкультурные уголки наполнены разнообразными пособиями, в том числе и изготовленные своими руками. В детском саду оборудован спортивный зал и спортивная площадка на улице с различным спортивным инвентарем.

Все это повышает интерес к физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий. Особое значение в воспитании здорового ребенка придается развитию движений и физической культуры детей на физкультурных занятиях. Поэтому необходимо использовать разнообразные варианты проведения физических занятий: традиционные занятия, занятия-соревнования, занятия с играми разной подвижности, занятия с элементами танцевальных движений, занятия серии «здоровье». Где детям прививаются навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи. Но нельзя лишать ребенка естественной активности,

загоняя ее лишь в рамки специальных физкультурных занятий. Необходимо развивать двигательную активность детей на прогулке, в играх используя возможности оборудования на участке детского сада и во всех других видах детской деятельности.

В МБДОУ созданы все условия для физического развития детей, как в спортивном зале, так и на спортивном участке:

- Спорткомплексы из мягких модулей.
- Скамейки
- Гимнастические стенки
- Мешочки для метания.
- Флажки разноцветные.
- Мячи резиновые (различного диаметра).
- Комплект мячей- массажеров.
- Прыгающий мяч с ручкой.
- Мячи футбольные.
- Мячи баскетбольные
- Сухой бассейн для зала с комплектом шаров.
- Коврик со следочками .
- баскетбольное кольцо.
- Гимнастический набор для построения полосы препятствий и развития основных движений.
- Обручи.
- Мат гимнастический.
- Ключка с шайбой.
- Шары к сухому бассейну 0,161 м<sup>3</sup> Д 8 см, 250 шт.
- Конус сигнальный.
- Сетка волейбольная.
- Дуга для подлезания (разной высоты).
- Скамья наклонная с гладкой поверхностью.
- Лестница наклонная.
- Ребристая дорожка.
- Корректирующая дорожка.

### **3.5. Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений.**

Образовательная	Методическая	Формы организации
-----------------	--------------	-------------------



область	литература ( для ознакомления с содержанием выбранных программ)	
1. Физическое развитие	<p>1.Л.И.Пензулаева Физическая культура в деском саду Старшая группа</p> <p>2.Л.И.Пензулаева Физическая культура в деском саду Средняя группа</p> <p>4.М.М.Борисова Малоподвижные игры и игровые упражнения</p> <p>5.Э.Я.Степаненкова Сборник подвижных игр</p> <p>6.О.М.Моргунова Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ Практическое пособие</p> <p>7.Л.Латохина , Т.Андрус Творим здоровье души и тела</p> <p>Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015г.</p>	<p>ритмическая гимнастика дыхательная гимнастика (по методу А.Стрельниковой)</p> <p>зрительная гимнастика (глазотренинг по А.Г. Демирчоглян )</p> <p>гимнастика после дневного сна (по методу Н.Н. Ефименко)</p> <p>пальчиковая гимнастика</p> <p>пассивно-активная гимнастика рук с использованием «руковички-ежика»</p> <p>занятия тренажерной гимнастикой</p> <p>самомассаж точечный, ушных раковин, ключиц, груди, рук (по Л.А.Уманской)</p> <p>организация совместно с родителями походов в лес, отдых в выходной день спортивные турниры спортивная игра-шоу</p>

### 3.6. Характеристика взаимодействия педагогического коллектива с семьями детей

Семья является институтом первичной социализации и образования, который оказывает большое влияние на развитие ребенка в младенческом, раннем и дошкольном возрасте. Поэтому педагогам, реализующим образовательные программы дошкольного образования, необходимо

учитывать в своей работе такие факторы, как условия жизни в семье, состав семьи, ее ценности и традиции, а также уважать и признавать способности и достижения родителей(законных представителей) в деле воспитания и развития их детей. Тесное сотрудничество с семьей делает успешной работу Организации. Только в диалоге обе стороны могут узнать, как ребенок ведет себя в другой жизненной среде. Обмен информацией о ребенке является основой для воспитательного партнерства между родителями(законными представителями) и воспитателями, то есть для открытого, доверительного и интенсивного сотрудничества обеих сторон в общем деле образования и воспитания детей. Взаимодействие с семьей в духе партнерства в деле образования и воспитания детей является предпосылкой для обеспечения их полноценного развития. Партнерство означает, что отношения обеих сторон строятся на основе совместной ответственности за воспитание детей. Кроме того, понятие «партнерство» подразумевает, что семья и Организация равноправны, преследуют одни и те же цели и сотрудничают для их достижения. Согласие партнеров с общими целями и методами воспитания и сотрудничество в их достижении позволяют объединить усилия и обеспечить преемственность и взаимодополняемость в семейном и внесемейном образовании. Особенно важен диалог между педагогом и семьей в случае наличия у ребенка отклонений в поведении или каких-либо проблем в развитии. Диалог позволяет совместно анализировать поведение или проблемы ребенка, выяснять причины проблем и искать подходящие возможности их решения. В диалоге проходит консультирование родителей(законных представителей) по поводу лучшей стратегии в образовании и воспитании, согласование мер, которые могут быть предприняты со стороны Организации и семьи. Педагоги поддерживают семью в деле развития ребенка и при необходимости привлекают других специалистов и службы (консультации психолога, логопеда, дефектолога и др.). Таким образом, Организации занимаются профилактикой и борются с возникновением отклонений в развитии детей на ранних стадиях развития. Уважение, сопереживание и искренность являются важными позициями, способствующими позитивному проведению диалога. Диалог с родителями(законными представителями) необходим также для планирования педагогической работы. Знание педагогами семейного уклада доверенных им детей позволяет эффективнее решать образовательные задачи, передавая детям дополнительный опыт. Педагоги, в свою очередь, также должны делиться информацией с родителями(законными представителями) о своей работе и о поведении детей во время пребывания в Организации. Родители(законные представители), как правило, хотят знать о возможностях сотрудничества, способствующего адаптации ребенка к Организации, его развитию, эффективному использованию предлагаемых форм образовательной работы. В этом случае ситуативное взаимодействие способно стать настоящим образовательным партнерством. Организация может предложить родителям(законным представителям) активно участвовать в образовательной работе и в отдельных занятиях. Родители

(законные представители) могут привнести в жизнь Организации свои особые умения, пригласить детей к себе на работу, поставить для них спектакль, организовать совместное посещение музея, театра, помочь с уборкой территории и вывозом мусора, сопровождать группу детей во время экскурсий и т. п. Разнообразные возможности для привлечения родителей(законных представителей) предоставляет проектная работа. Родители(законные представители) могут принимать участие в планировании и подготовке проектов, праздников, экскурсий и т. д., могут также самостоятельно планировать родительские мероприятия и проводить их своими силами. Организацией поощряется обмен мнениями между родителями(законными представителями), возникновение социальных сетей и семейная самопомощь.

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Основные направления и формы взаимодействия с семьями воспитанниками:

1. Традиционные:

- педагогическое просвещение родителей;
- беседы, консультации;
- общие и групповые родительские собрания;  
- наглядная пропаганда.

2. Новые формы взаимодействия:

- анкетирование;
- диагностика, тесты, опрос;
- консультации специалистов;
- «Круглые столы»;
- открытое занятие для родителей и с участием родителей;
- конкурс семейных талантов;
- вечера вопросов и ответов.
- Стенды. На стендах размещается стратегическая (многолетняя), тактическая (годовая) и оперативная информация

- Мастер-классы. Мастер-класс — особая форма презентации специалистом своего профессионального мастерства, с целью привлечения внимания родителей к актуальным проблемам воспитания детей и средствам их решения.
- Семейные праздники. Традиционными для МБДОУ являются детские праздники, посвященные знаменательным событиям в жизни страны.
- Проектная деятельность.

**Мониторинг отслеживания качества результатов деятельности детей в спортивной секции «Школа мяча»**

I блок: упражнения с передачей мяча					
	Тест	Условия выполнения	Результат		
			Высоки	Средний	Низкий

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

Высокий уровень – от 19 до 27 баллов, ребёнок освоил все элементы владения мячом, выполняет уверенно, свободно, в хорошем темпе.

Средний уровень – от 10 до 18 баллов, ребёнок выполняет все элементы владения мячом, но допускает незначительные ошибки.

Низкий уровень – от 0 до 9 баллов, ребёнок допускает много ошибок, слабо координирован, глазомер слабо развит.

### Приложение №1

#### Ориентировочные показатели общей физической подготовленности детей 5-7 лет

Возраст ребёнка	Пол ребенка	Сила – подъем туловища( в сед из положения лежа, кол-во раз за 1 мин)	Выносливость (бег 90, 120,150 сек.)	Быстрота (бег 30 м/с)	Реакция (подбрасывание и ловля мяча, кол-во раз за 1 мин)	Прыгучесть (прыжки через скакалку кол-во раз за 1 мин.)
5 лет	Девочки	6 – 8	(90 м) 37,0 – 27,3	9,8 – 8,3	10 – 15	3 – 5
	Мальчики	9 – 10	(90 м) 37,3 – 26,2	9,8 – 8,3	10 – 15	5 – 7
6 лет	Девочки	10 – 11	(120 м) 40,8 – 30,2	8,9 – 7,7	20 – 30	5 – 10
	Мальчики	11 – 12	(120 м) 38,6 – 30,6	8,4 – 7,6	20 – 30	7 – 20
7	Девочки	11 – 12	(150 м) 43,9 – 34,9	8,4 – 7,3	30 – 35	7 – 20

<b>лет</b>	Маль чики	12 – 14	(150 м) 41,6 – 33,9	8,0 – 7,4	30 – 40	10 – 30
------------	--------------	---------	------------------------	-----------	---------	---------

### **Программно-методическое обеспечение**

\* Программа «Физкультура от 3 до 17». Автор Щербаков В.П.

- \* Программно-методическое пособие «Расту здоровым». Автор Зимонина В.Н.
- \* Программа «Здравствуй». Автор Лазарев М.Л.
- \* Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду.
- \* Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка.
- \* Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду.
- \* Рунова М. А., Бутилова А. В. Ознакомление с природой через движение.
- \* Осокина Т, И., Тимофеева Е. А., Рунова М. А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений.
- \* Глазырина Л. Д. Физическая культура - дошкольникам.
- \* Глазырина Л. Д. Физическая культура в младшей группе детского сада.
- \* Глазырина Л. Д. Физическая культура в средней группе детского сада.
- \* Глазырина Л. Д. Физическая культура в старшей группе детского сада.
- \* Глазырина Л. Д. Физическая культура в подготовительной группе детского сада.
- \* Сивачева Л. Н. Физкультура - это радость.
- \* Маханева М. Д. С физкультурой дружить - здоровым быть.
- \* Галицына Н. С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении.
- \* Яковлева Л. В., Юдина Р. А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет.-
- \* Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении.
- \* Шебеко В. Н., Ермак Н. Н. Физкультурные праздники в детском саду.
- \* Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет.
- \* Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы во второй младшей группе.
- \* Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе.





