

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида «Лесная сказка»
пгт. Талинка Октябрьский район
(МБДОУ «ДСОВ «Лесная сказка»)

ПРИНЯТА
Решением педагогического совета
от 29. 08. 2024 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
«ДСОВ «Лесная сказка»
О.А. Гребенникова

Пр. от «02» сентября 2024 г. № 200-од

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО
НАПРАВЛЕНИЮ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»
«ШКОЛА МЯЧА»
с детьми 6-7 лет
(срок реализации 2024 – 2025 уч. год)**

Воспитатель:
Григорьева И.Ф.

г.п. Талинка
Октябрьский
район
ХМАО -ЮГРА

Содержание

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1. Пояснительная записка	
1.2. Цели и задачи программы	3
1.3. Особенности организации образовательной деятельности	4
1.4. Особенности проведения педагогического мониторинга	4
1.5. Ожидаемые результаты	6
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	7
2.1. Календарно - тематический план кружка «Школа мяча»	7
2.2. Учебно-тематическое планирование работы кружка «Школа мяча»	12
2.3. Работа с родителями:	26
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	26
3.1. Учебно-методическое обеспечение по реализации образовательной области	27
3.2. Материально-техническое обеспечение программы	27
Литература	28

1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1.Пояснительная записка

Данная программа написана на основании программы «Физическая культура дошкольникам» Л.И. Пензулаевой и элементами программы «Школа мяча» Н.И.Николаевой. Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах деятельности с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Актуальность программы: Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопие, вызывает задержку возрастного развития. Для удовлетворения потребности детей в двигательной активности в детском саду необходимо организовывать занятия по интересам физкультурно-спортивной направленности.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании, отбивании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом различного объёма развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки. Систематические игры и упражнения с мячом активно влияют на совершенствование психических процессов: силы, уравновешенности, подвижности. Совместное выполнение упражнений с мячом (в парах, втроем, в кругу) прекрасная школа приобщения ребёнка к коллективу. В играх, которые проводятся в команде, он учится слаженно работать с партнёрами. Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры. Поэтому упражнения с мячом занимают одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми и стали основой для составления данной программы. Программа обеспечивает достижения воспитанниками готовности к школе, а именно необходимый и достаточный уровень развития ребёнка для успешного освоения им в дальнейшем основной общеобразовательной программой дошкольного образования образовательной области «Физическое развитие».

Цели и задачи программы:

Цель программы — гармоничное развитие личности ребенка в процессе ознакомления с элементами спортивных игр с мячом.

Основные задачи (по образовательным областям):

«Физическое развитие»:

- развивать физические качества ребёнка,
- способствовать овладению подвижными играми с правилами;
- формировать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину, ворота, сочетать эти действия между собой, а также с другими действиями с мячом и без мяча, развивать умение применять их в игровой ситуации;
- развивать крупные и мелкие мышцы обеих рук, подвижность суставов пальцев и кистей.

«Социально-коммуникативное развитие»:

- формировать готовность ребенка к совместной деятельности со сверстниками;
- знакомить с элементарными нормами и правилами в двигательном режиме;

- воспитывать положительные нравственно-волевые черты детей, умение принимать быстрые, разумные решения, соблюдать правила игры и поведение.

«Речевое развитие»:

- обогащать активный словарь;

«Художественно-эстетическое развитие»:

- развивать ритмичность, согласованность движений;

«Познавательное развитие»:

- формировать начальные представления о некоторых видах спорта;
- развивать интерес детей к играм с мячом;
- формировать потребность в здоровом образе жизни, желание сохранять и укреплять свое здоровье.

1.3. Особенности организации образовательной деятельности

Форма обучения: специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

Количество занятий: 1 занятие в неделю, 4 занятия в месяц, 38 занятий в учебном году.
Длительность – 30 минут

Место проведения: спортивный зал МБДОУ «ДСОВ «Лесная сказка», спортивная площадка.

Срок реализации: 1 год. Контингент воспитанников: дети подготовительной к школе группе

Формы работы с детьми 6 - 7 лет

Содержание работы	Формы работы	Формы организации детей	Примерный объем неделю
Непосредственно образовательная деятельность			
Становление мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании	Игровая беседа с элементами движений. Чтение. Рассматривание. Игра Интегративная детская деятельность	Подгрупповые Индивидуальные	10-15 мин
Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений	Совместная деятельность взрослого и детей преимущественно игрового и интегративного характера		15 мин.
Развитие физических качеств	Контрольно-диагностическая деятельность		15 мин.
Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям	Совместная деятельность взрослых и детей тематического характера		10-15 мин.

Итогом детской деятельности могут служить физкультурные досуги, эстафеты, развлечения. Форма подведения итогов: диагностическое обследование детей по усвоению программы.

1.4 Особенности проведения педагогического мониторинга

Мониторинг по освоению программы кружка проводится 2 раза в год (сентябрь, май). Чтобы определить эффективность работы с детьми, педагог проводит педагогическую диагностику на основе методики В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак «Как продиагностировать физическую подготовленность детей дошкольного возраста». Получаемая в ходе мониторинга информация, является основанием для прогнозирования деятельности, осуществления необходимой коррекции.

Методика проведения оценки уровня физической подготовленности Ловкость (подбрасывание ловля мяча за 1 минуту):

Ребенок принимает исходное положение ноги на ширине плеч и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 15-20см, как можно большее количество раз за одну минуту. Дается две попытки.

Мальчики -10-15раз Девочки- 10-15раз

Метание мешочка с песком на дальность правой (левой) рукой:

Коридор для метания должен быть не менее 1,5 м и длиной 15-20 м. По команде педагога ребенок подходит к линии, из исходного положения стоя, производит бросок мешочком одной руки из-за головы, одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага. При броске нельзя изменять положение ступней. Засчитывается лучший результат из 2-3 попыток. Вес мешочка 200гр.

Дальность броска правой рукой(м): Мальчики- 4.0-5.5

Девочки -3.0-4.5

Попадание мячом в цель, отбивая ногой

Ребенок ведет мяч ногами до условной отметки (расстояние 3 м до цели). От обозначенной линии ударяет ногой по мячу. Необходимо попасть в цель как можно больше раз.

Мальчики, девочки - 7 - 10 раз.

Отбивание мяча одной рукой (на месте)

Ребенок принимает исходное положение ноги на ширине плеч, отбивает мяч диаметром 15-20см, при этом рука слегка согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху. Отбивается как можно большее количество раз. Мальчики, девочки- 10-12раз

Броски мяча в баскетбольное кольцо

Ребенок принимает исходное положение одна нога чуть впереди другой. Броски мяча в корзину 2-мя руками из-за головы (с расстояния 3 м, высота-2 м).

Мальчики, девочки - из 5 бросков (3 попадания)

Уровни усвоения умений:

Низкий уровень:

Неуверенно выполняет сложные упражнения. Не замечает ошибок других детей и собственных. Нарушает правила в игре, увлекаясь ее процессом. С трудом сдерживает свои желания, слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений. Интерес к физическим упражнениям низкий.

Средний уровень:

Правильно выполняет большинство физических упражнений, но не всегда проявляет должные усилия. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Понимает зависимость между качеством выполнения упражнений и результатом. Хорошо справляется с ролью водящего, правила не нарушает, но интереса к организации игр не проявляет.

Высокий уровень:

Уверенно, точно, с большим напряжением, хорошей амплитудой, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен составлять несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. Появляется самоконтроль и самооценка. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание и организовать знакомую игру. Интерес к физическим упражнениям высокий, стойкий.

Мониторинг подготовленности воспитанников кружка «Школа мяча»

№	Список детей	Отбивание мяча (стоя на месте) одной рукой		Ловкость		Дальность броска правой рукой		Дальность броска левой рукой		Попадание мячом в цель отбивая ногой		Бросок мяча в баскетбольное кольцо		Итоговая уровневая оценка	
		н	к	н	к	н	к	н	к	н	к	н	к	н	к

Итоги: Начало учебного года

Конец учебного года

1.5. Ожидаемые результаты

- Дети овладели техникой действий с разными мячами.
- У детей сформированы новые двигательные навыки: ведения мяча разными способами, забрасывание мяча в корзину, бег с ввёртыванием при ведении мяча, блокировка, ведение мяча с бегом в разном темпе,
- Сформированы навыки сотрудничества: дети умеют играть в команде для достижения общей цели.
- Адекватно оценивать результаты игры, своих действий.

2. Содержательный раздел

2.1 Учебно-тематический план кружка «Школа мяча» Сентябрь

Недели	Программное содержание	Количество НОД
1 неделя	Познакомить детей с историей возникновения мяча. Объяснить детям важность секции для здоровья каждого ребенка. Воспитывать внимание. П/и «Поймай мяч», Ключи» Педагогическое наблюдение	1
2 неделя	Ознакомление детей с видами, особенностями мячей. Предложить детям опробовать его. Развивать ловкость, координацию движений. Воспитывать умение уступать друг другу. Спортивные упражнения. Педагогическое наблюдение	1
3 неделя	Ознакомление с видами спорта с мячом. Развивать ловкость, координацию движений. Воспитывать умение уступать друг другу. П/и «Брось, поймай!», П/и «Стой!»	1
4 неделя	Продолжить ознакомление с видами спорта с мячом. Рассматривание альбома и энциклопедий. Воспитывать любознательность, внимание. П/и «Охотники и утки», П/и «Брось, поймай!»	1

Октябрь

Недели	Программное содержание	Количество НОД
1 неделя	Учить детей прокатыванию мяча из разных исходных положений. Развивать глазомер, силу толчка. Воспитывать дружелюбие, интерес и желание заниматься в кружке. П/и «Будь ловким»	1
2 неделя	Учить детей прокатывать мяч с попаданием в цель(в воротца). Совершенствовать умение прокатывать мяч с попаданием в предмет. Развивать координацию движений, ловкость, глазомер, силу отталкивания. Воспитывать потребность в ежедневной двигательной деятельности. П./и «Передача мяча в шеренге»	1
3 неделя	Учить детей прокатывать мяч по ограниченной поверхности (по гимнастической скамье). Упражнять в прокатывании мяча разными способами. Воспитывать взаимовыручку. П/и «Перебрось мяч», П/и «Мяч водящему».	1
4 неделя	Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его с отскоком от пола. Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками. Развивать ловкость, глазомер, внимание. Воспитывать умение уступать друг другу, интерес к работе с мячом. П/и «Метко в цель»	1
5 неделя	Упражнять детей в отбивании мяча одной рукой и с броском в цель на щите. В прокатывании в воротца, в бросании и ловле его с отскоком от пола. Отбивании мяча па месте.	1

Ноябрь

Недели	Программное содержание	Количество НОД
1 неделя	Продолжать учить бросанию мяча об пол и ловля его; совершенствовать умение ловить мяч с отскоком от пола. Развивать внимание, терпение. Воспитывать потребность в ежедневной двигательной деятельности. П/и «Проведи мяч», П/и «Колобок»	1
2 неделя	Учить отбивать мяч от пола и ловить его одной рукой, ведению мяча одной рукой но прямой. Развивать координацию движений, мелкую моторику рук, глазомер. Воспитывать выдержку. П/и «Разноцветный мячик», П/и «Сбей кеглю»	1
3 неделя	Учить ведению мяча по кругу одной, двумя руками, ведению мча змейкой между предметами. Упражнять в прокатывании мяча по ограниченной поверхности быстро с заданной траекторией. Развивать глазомер, точность удара мячом в движении. П/и «Мяч соседу», П/и «Брось точно»	1
4 неделя	Учить бросанию мяча друг другу двумя руками снизу, бросание мяча друг другу одной рукой. Упражнять в ведение мяча одной рукой по кругу. Развивать глазомер, точность броска, согласованные движения рук и ног. Воспитывать уважение друг к другу П/и «Кто ловкий», М/п «Волшебные елочки»	1

Декабрь

Недели	Программное содержание	Количество НОД
1 неделя	Учить перебрасывать мяч друг другу от груди стоя, сидя ноги врозь. Совершенствовать умение бросать мяч в вертикальную цель двумя руками.. Развивать внимание, терпение. Воспитывать потребность в ежедневной двигательной деятельности.	1
2 неделя	Учить бросать мяч двумя руками из-за головы, ведению мяча одной рукой по прямой. Развивать координацию движений, мелкую моторику рук, глазомер. Воспитывать выдержку.	1
3 неделя	Учить детей бросанию мяча двумя руками от груди и от плеча одной рукой. Развивать силу броска. Воспитывать интерес к работе с мячом.	1
4 неделя	Учить детей перебрасывать мяч из одной руки в другую, упражнять в ведении мяча по прямой и по кругу. Развивать глазомер и точность броска. Воспитывать умение уступать друг другу.	1

Январь

Недели	Программное содержание	Количество НОД
3 неделя	Продолжать учить детей работать в парах. Передача мяча друг другу в движении, соблюдая дистанцию. Упражнять в перебрасывании мяча из одной руки в другую, с отскоком от пола. Развивать глазомер, силу броска, пространственные ориентировки в движении. Воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками. П/и «Кого называли, тот и ловит»	1
4 неделя	Учить детей забрасывать мяч в корзину. Упражнять в перебрасывании мяча из-за головы. Развивать все группы мышц и формировать ровную осанку. Воспитывать ответственное отношение к выполнению различных заданий. П/и эстафета «Пингвины», «Колобок».	1

Февраль

Недели	Программное содержание	Количество НОД
1 неделя	Учить перебрасывать мяч друг другу от груди. Бросание мяча одной рукой от плеча в корзину. Учить регулировать силу толчка. Развивать глазомер, силу рук, координацию движений, ловкость. Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности. П/и «Отбивка оленей», упражнение «экскаватор», «паровозик».	1
2 неделя	Продолжать учить перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Перебрасывание мяча друг другу от груди во время ходьбы, стараясь выполнять точный бросок. Развивать умение точно передавать показанное действие. Воспитывать дух соперничества. П/и «Пас на бегу», «За мячом»	1

3 неделя	Учить ведению мяча одной рукой с поворотом. Ведение мяча с передачей другому. Развивать глазомер, ловкость, внимание, координацию движений. Воспитывать умение уступать друг другу. Пли «Ловишка с мячом»	1
4 неделя	Учить детей ведению мяча с передачей друг другу в разных построениях(парах, шеренге, круге). Передача мяча с отскоком от пола во время ходьбы и бега. Учить согласовывать движения друг с другом. Развивать глазомер, силу броска, пространственную ориентировку в движении. Пли «Пробеги с мячом».	1

Март

Недели	Программное содержание	Количество НОД
1 неделя	Учить ведению мяча с попаданием в цель. Передача мяча друг другу во время бега. Развивать ловкость, взаимовыручку. Воспитывать дружелюбие, желание быть лучшим. Пли « Передача мяча в шеренге»	1
2 неделя	Учить бросанию мяча в вертикальную цель. Попадание в движущуюся цель. Совершенствовать отбивание мяча одной рукой в движении. Развивать глазомер, устойчивость внимания. Воспитывать умение самоорганизации в двигательной деятельности, потребность в здоровом образе жизни. Пли «Мяч в воздухе»	1
3 неделя	Учить детей элементам футбола. Учить без помощи рук обходиться мячом. Продолжать учить ведению мяча правой, левой рукой в заданном направлении, между предметами. Развивать умение воспринимать показанное движение и точно передавать его при исполнении. Пли «Забрось в кольцо»	1
4 неделя	Учить детей закатывать мяч в ворота; упражнять в ведении мяча правой и левой ногой с попаданием в ворота. Развивать ловкость, меткость, интерес к разным видам двигательной деятельности. Пли «Мяч над головой», Пли «Вышибало».	1

Апрель

Недели	Программное содержание	Количество НОД
1 неделя	Учить отбивать мяч о стенку несколько раз подряд. В ходе занятия объяснить упрощенные правила игры в футбол. Передача мяча одной ногой друг другу в парах. Совершенствовать умение работать в парах. Развивать все группы мышц и формировать ровную осанку. Содействовать развитию положительных эмоций, умение общаться со сверстниками. Пли «Воевода», Пли «Передал- садись»	1
2 неделя	Учить попадать мячом в другой предмет. Упражнять в ведении мяча ногами и передача мяча друг другу, с попаданием в цель. Развивать ловкость, быстроту, пространственные ориентировки. Воспитывать умение уступать друг другу, стремление к качественному	1

3 неделя	Учить детей останавливать мяч ногою сверху, ударять по нему разной частью стопы: носком, внутренней и внешней частью стопы. Учить следить за мячом выполнять действия по защите ворот. Воспитывать уверенность. П/и «Догони мяч»	1
4 неделя	Продолжать регулировать силу удара по мячу. Ведению по полному кругу. Объяснить значимость вратаря в игре футбол. П/и «Удержи мяч в кругу»	1

Май

Недели	Программное содержание	Количество НОД
1 неделя	Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. Развивать координацию движений, глазомер, внимание. П/и «Футболисты».	1
2 неделя	Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. Развивать чувство ритма, точности. П/и «Футболисты» Педагогическое наблюдение.	1
3 неделя	Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. Развивать чувство ритма, точности. П/и «Играем в баскетбол» Педагогическое наблюдение	1
4 неделя	Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. Развивать чувство ритма, точности. П/и «Играем В баскетбол»	1
5 неделя	Встреча с командой образовательного учреждения находящегося в территориальной близости.	1
38 НЕДЕЛЬ		38

Календарно-тематическое планирование работы кружка «Школа мяча»

неделя	Программное содержание	Работа по основным видам движений	Вводная часть ОРУ	Игры разной подвижности	Оборудование
Сентябрь					
1	Познакомить детей с историей возникновения мяча. Объяснить детям важность двигательной активности для здоровья каждого ребенка. Воспитывать внимание. Педагогическое наблюдение	1. Рассказ об истории появления мяча. 2. Беседа «Хочу здоровым быть».		П/и «Поймай мяч» П/и «Ключи»	мячи разного назначения

2	Ознакомление детей видами, особенностями мячей. Предложить выполнить игровые упражнения с мячами. Развивать ловкость, координацию движений. Воспитывать умение уступать друг другу. Педагогическое наблюдение	1.Рассматривание разных видов мячей, уточнить их назначение. 2.Игровые упражнения с разными мячами (футбольным, баскетбольным, волейбольным, футболом, массажными).	Ходьба на носках - руки вверх, на пятках - руки за головой, приставным шагом, приседанием. Обычный	П/и «Брось, поймай» П/и «Стой!»	ворота, баскетбольное кольцо, дуги, кегли.
3	Ознакомление с видами спорта с мячом. Развивать ловкость, координацию движений. Воспитывать умение уступать друг ДРУГУ-	1.Рассказ о видах спорта, в которых используется мяч. 2.Рассматривание альбома и энциклопедии по работе с мячом. 3.Упражнения с мячом, в соответствии с видами спорта.	Ходьба в колонне по одному, на носках различным положением рук (к плечам, назад, на пояс). Ходьба в полуприседе. Бег в умеренном темпе.	П/и «Охотники и утки» П/и «Брось, поймай!»	мячи, ориентиры.
4	Продолжить ознакомление с видами спорта с мячом. Рассматривание альбома и энциклопедий. Воспитывать любознательность, внимание.	1.Подбрасывание и ловля мяча, принимая правильное исходное положение. 2.Бросание мяча об пол и ловля его правильно захватывая с боков.	Ходьба в колонне по одному. На носках назад, на	П/и «Эстафета с мячом» П/и «Поймай мяч!»	мячи. ориентиры.
неделя	Программное содержание	Работа по основным видам движений	Вводная	Игры разной подвижности	Оборудование
Октябрь					

1	Учить детей прокатыванию мяча из разных исходных положений. Развивать глазомер, силу толчка. Воспитывать дружелюбие, интерес и желание заниматься в кружке.	1.Прокатывание мячей друг другу из и.п. стоя (1 Ор) 2.Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях (Юр) 3.Прокатывание мячей, сидя ноги врозь.) 10 раз)	Ходьба на носках - руки в стороны, ходьба на пятках руки согнуты в локтях, легкий бег, бег спиной вперед. Дыхательные упражнения (до 1 мин.)	Пи «Будь ловким»	Мячи по количеству детей диаметром 20см.
2	Учить детей прокатывать мяч с попаданием в цель (в воротца). Совершенствовать умение прокатывать мяч с попаданием в предмет. Развивать координацию движений, ловкость, глазомер, силу отталкивания. Воспитывать потребность в ежедневной двигательной деятельности.	1. Прокатывание мяча с попаданием в воротца (дуги) (расстояние 2-3м) (10р) 2. «Попади в кеглю» (расстояние 2м) (15р)	Ходьба» ракеты-самолеты», «крабики», «пингвины». Легкий бег, боковой галоп, броски мяча вверх во время ходьбы. Дыхательные упражнения. ОРУ (с большим мячом)	П./и «Передача мяч в шеренге» (2-3р)	мячи по количеству детей, кегли, дуги.
3	Учить детей прокатывать мяч по ограниченной поверхности (по гимнастической скамье). Упражнять в прокатывании мяча разными способами. Воспитывать умение уступать друг' другу, интерес к работе с мячом.	1. Прокатывание мяча по гимнастической скамье (4-6р) 2. Прокатывание мяча стоя, сидя друг другу (расстояние 2-2.5м) (10р) 3. Прокатывание мяча с горки (4-6р)	Ходьба на носках, в полуприседе С разворотом носка внутрь Легкий бег прыжки на одной ноге. Упражнения на восстановление дыхания. ОРУ(без предметов)	П/и «Перебрось мяч» (2-3р) (ТБ-) П/и «Мяч водящему»	мячи по количеству детей, гимнастическая скамья
4	Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его с отскоком от пола. Упражнять в подбрасывании мяча вверх ловле его двумя руками. Развивать ловкость, глазомер, внимание. Воспитывать взаимовыручку.	1. Бросание мяча вверх и ловля с отскоком от пола(15р) 2. Подбрасывание и двумя руками на уровне головы (15р)	Ходьба «карлики-великаны», «пингвины». Легкий бег, бег в рассыпную место», шаг с выпадом вперед. Упражнения для кистей рук. ОРУ (без предметов)	П/и «Метко в цель» (2-3р) «найди свое	2 мишени, мячи по количеству (ТБ.)

не деля	Програ ммное содерж ание	Работа по основнымвидам движений	Вводная часть ОРУ	Игры разной подвижн ос	Обор удов ание
Ноябрь					
1	Упражнять детей в отбивании мяча одной рукой и с броском в цель на щите. В прокатывании в воротца, в бросании и ловле его с отскоком от пола. Отбивании мяча наместе.	1 Прокатывание мяча друг другу стоя; стоя на коленях; (расстояние 2-3м)(10-15р) 2. Прокатывание мяча с попаданием в ворота (расстояние 2.5-3м)(15р) 3 Отбивание мяча на месте.(20-25р)	Ходьба с мячом на носках, полуприсиде, на пятках, легкий бег боковой галоп с выносом прямых руквперед. ОРУ (со средним мячом)	Пи «Ловитка с мячом» (2-3р)	мячи по количес тв у детей, 3-4 дуги.
2	Продолжать учить бросанию мяча об пол и ловля его; совершенствовать умение ловить мяч с отскоком от пола. Развивать внимание, терпение. Воспитывать потребность в ежедневной двигательной деятельности.	1.Бросание мяча об пол и ловля его двумя руками.(15-20р) 2.Бросание мяча вверх и ловля его с отскоком от пола.(20-25р)	Ходьба «карлики-великаны», на пятках, скрестный шаг, шаг с выпадом вперед.Легкий бег, бегподскоками. Ходьбапо свистку в другую сторону. ОРУ (со средним мячом)	Пи «Проведи мяч»(2-3р) «Колобок»	мячи по количес тв у детей, 3-4 душ.
3	Учить отбивать мяч от пола и ловить его однойрукой, ведению мяча одной рукой по прямой. Развивать координацию движений, мелкую моторику рук, глазомер.Воспитывать выдержку.	1. Отбивание мяча от пола и ловля его одной рукой(15-20р) 2 Ведение мяча одной рукой по прямой (10-12р)	Ходьба «ракеты-самолеты», ходьба сразворотом носка внутрь, легкий бег, бег с захлестыванием голени назад. Ходьба с подбрасыванием мяча вверх. Упражнение на дыхание. ОРУ (с мячом)	Пи «Разноцветный мячик» (2-3р) Игра «Сбей кеглю»	мячи по количес тв у детей, кегли.

4	Учить ведению мяча по кругу одной, двумя руками Развивать мячом в движении.	1 Ведение мяча змейкой между предметами одной рукой (15-20р) 2 Ведение мяча по кругу одной рукой) 5-6р)	2, Ходьба на носках, по-гусиному, шаг с выпадом вперед, легкий бег, бег с выбрасыванием прямых ног вперед, спортивная ходьба. Дыхательные упражнения 1 мин. ОРУ (с мячом-ежом).	Пи «Мяч соседу» (2-3Р) Игра «Брось точно» (два шага, на третий бросок партнеру. стоящему напротив).	мячи по количеству детей, кегли 10-12 штук.
не деля	Программное	Работа по основным видам	Вводная часть	Игры разной	Оборудование
Декабрь					
1	Учить бросанию мяча друг другу двумя руками снизу. Бросание мяча друг другу одной рукой. Упражнять в ведении мяча одной рукой по кругу. Развивать глазомер. Точность броска, согласованные движения рук и ног.	1. Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками снизу (15-20р) 2 Бросание мяча друг другу одной рукой (2м) (10-15р) 3. Ведение мяча по кругу одной рукой (5-6р)	Ходьба на носках, по сигналу парами, спортивная ходьба, ходьба па четвереньках, по - медвежьи. Бег врассыпную «найди свое место». ОРУ (без предметов)	Пи «Кто ловкий» М\п «Волшебные елочки»	мячи по количеству детей.
2	Учить перебрасывать мяч друг другу от груди стоя, сидя ноги врозь. Совершенствовать умение бросать внимание, терпение. Воспитывать потребность в ежедневной двигательной деятельности.	1 Перебрасывание мяча друг другу стоя от груди (2-2.5м) С15-20р) 2 Перебрасывание мяча сидя ноги врозь (2м) (15-20р) 3 Бросание в вертикальную цель двумя руками (корзину) (1,5-2м) (10-12р)	Ходьба на носках, по- медвежьи, «кораблик», легкий бег, бег змейкой. Ходьба с заданиями для рук. ОРУ (с малым мячом)	Пи «Проведи мяч», П/и «Колобок»	мячи малые и средние по количеству детей, 2-3 корзины

3	Учить бросать мяч двумя руками из-за головы, ведению мяча одной рукой по прямой. Развивать координацию движений, мелкую моторику рук, глазомер. Воспитывать выдержку.	1. Бросание мяча двумя руками из-за головы (3-4 м)(15-20 р) 2. Ведение мяча одной рукой по прямой. (4-5 м)	Ходьба «ракеты-самолеты», ходьба паровозик», легкий бег, ходьба в полуприседе, бег с подскоками с поочередным взмахиванием правой, левой рукой. Ходьба с ведением мяча по кругу. ОРУ (с малым мячом)	П/и «Разноцветный мячик», П/и «Сбей кеглю»	мячи по количеству детей.
4	Учить ведению мяча по кругу одной, двумя руками, ведению мяча змейкой между предметами. Упражнять в прокатывании мяча По ограниченной поверхности быстро с заданной траекторией. Развивать глазомер, точность удара мячом в движении. Воспитывать интерес и желание заниматься.	1. Бросание мяча двумя руками от груди (и.п. ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях) (15-20 р) 2. Бросание мяча среднего диаметра от плеча одной рукой в даль (правой, левой) (20 р)	Ходьба на носках, пятках, легкий бег, ходьба с разворотом туловища вправо-влево, бег с захлестыванием голени назад. Упражнение на дыхание 1 мин.	П/и «Мяч капитану» (2-3 р) П/и «Мяч соседу», П/и «Брось ТОЧНО»	мячи по количеству детей (разного диаметра)
не дел	Программное содержание	Работа по основным видам движений	Вводная часть ОРУ	Игры разн	Оборудование
Январь					
1	Учить бросанию мяча друг другу двумя руками снизу. Бросание мяча друг другу одной рукой. Упражнять в ведении мяча одной рукой по кругу. Развивать глазомер. Точность броска. согласованные движения рук и ног. Воспитывать взаимное уважение друг другу.	1. Перебрасывание мяча из одной руки в другую.) Юр.) 2. Ведение мяча по прямой и по кругу. (15 р.) 3. Прокатывание мяча из и.п. стоя, сидя	1 Ходьба на носках, на внешней и внутренней стороне стопы, «белые медведи», шаг с выпадом вперед, бег (быстрый, медленный). Упражнение на дыхание. 2 ОРУ (с мячом)	П/и «Вдвоем одну ношу» П/и «Кто ловкий», М/п «Волшебные елочки»	гимнастические палки, мячи по количеству детей.

2	Продолжать учить детей работать в парах. Передача мяча друг другу в движении, соблюдая дистанцию. Упражнять в перебрасывании мяча изодной руки в другую, с отскоком от пола. Развивать глазомер, силу броска, пространственные ориентировки в движении. Воспитывать доброжелательные отношения сверстниками.	Из и.п. сидя, ноги врозь, перебрасывание мяча в парах от груди (2-2.5м) (10-15р) Из и.п. стоя, на коленях, перебрасывание мяча из-за головы двумя руками. (10-15р) Перебрасывание мяча из одной руки в другую с отскоком от пола	Ходьба «ракеты-самолеты», ходьба «паровозик», легкий бег. ходьба в полуприседе, бег подскоками с поочередным взмахиванием правой, левой рукой. Ходьба с ведением мяча по кругу.	Пл «Кого назвали, тот и ловит»	мячи по количеству детей.
3	Учить детей забрасывать мяч в корзину. Упражнять в перебрасывании мяча из-за головы. Развивать все группы	1 Перебрасывание Мяча через перекладину двумя рукам снизу (20р) 2 Перебрасывание мяча из-за головы через перекладину (20р) 3 Отбивание мяча правой левой рукой, стоя на месте. (10-15р)	Ходьба «великаны-карлики», скрестный шаг. обезьянки», легкий бег. бег с подскоками. Упражнение дыхание. 2.ОРУ (с большим мячом)	Пл эстафета «Пингвины», «Колобок».	мячи по количеству перекладина. 2 стойки, перекладина, 2 ориентира.
недели	Программное содержание	Работа по основным видам движений	Вводная часть ОРУ	Игры разной подвижности	Оборудование
Февраль					
1	Учить перебрасывать мяч друг другу от груди. Бросание мяча одной рукой от плеча в корзину. Учить регулировать силу толчка. Развивать глазомер, силу рук, координацию движений, ловкость. Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности.	1. Перебрасывание мяча в парах от груди (расстояние 2-3 м) (20р) 2. Бросание мяча одной рукой от плеча (правой, левой) вдаль (8-Юр)	Ходьба «ракеты-самолеты», «ходячий стол», легкий бег, прыжки вправо-влево, продвигаясь вперед, ходьба на внешней и внутренней стороне стопы, шаг с выпадом вперед. Упражнение на дыхание.	Пл «Отбивка оленей» (2-3р) Упражнение «паровозик», «экскаватор»	МЯЧ И по количеству детей большого и среднего диаметра.

2	Продолжать учить перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Перебрасывание мяча друг другу от груди во время ходьбы, стараясь выполнять точный бросок. Развивать умение точно передавать показанное действие.	1 Перебрасывание мяча в парах от груди (2.5-3м)(20р) 2. Перебрасывание мяча друг другу от груди во время ходьбы (регулируя расстояние)	Ходьба на носках – руки за головой, на пятках - за спиной, на поясе с высоким подниманием колен, легкий бег, бегподскоками. Упражнение надыхание 1мин.	П/и «Пас на бегу» П/и «За мячом»	мячи по количеству детей, 2 ориентира. 4 гимнастические палки
3	Учить ведению мяча одной рукой с поворотом. Ведение мяча с передачей другому. Развивать глазомер, ловкость, внимание, координацию движений. Воспитывать ответственное отношение к выполнению заданий, умение уступать друг другу.	1 Ведение мяча одной рукой с поворотом (15-20р) 2 Ведение мяча с передачей другому, регулируя расстояние (10-15р)	2. Ходьба на внешней и внутренней стороне стопы, ходьба на носках, легкий бег, бег змейкой, ходьба по-гусиному. Упражнение на дыхание 1мин ОРУ (с мячом)	П/и «Ловишка с мячом»(2-3р)	мячи по количеству детей
4	Учить детей ведению мяча с пространственную ориентировку в движении.	1. Ведение мяча с передней друг другу в разных построениях (парах, шеренгах, круге). 2. Передача мяча от пола во время ходьбы и бега.(10-15р)	Ходьба, ходьба на носках, по медвежьей, «карлики», легкий бег, бег подскоками. Ходьба с заданиями для рук.	П/и «Пробеги с мячом»	МЯЧ И по количеству детей
недели	Программное содержание	Работа по основным видам движений	Вводная часть ОРУ	Игры разной подвижности	Оборудование
Март					

1	Учить ведению мяча с попаданием в цепь. Передача мяча друг другу во время бега. Развивать ловкость, взаимовыручку. Воспитывать дружелюбие, желание быть лучшим.	1 Ведение мяча одной рукой с попаданием в цель (баскетбольное кольцо)-расстояние 1.5м(15-20р) 2 Передача мяча друг другу во время ходьбы(от груди, снизу)(по 10р)	Ходьба на носках, ходьба с разворотом носка внутрь, легкий бег. прыжки на одной ноге с продвижением вперед(10с.), ходьба в полуприседе. Упражнение на дыхание. ОРУ с малым мячом	П/и «Передача мяча в шеренге»	мячи по количеству детей. баскетбольное кольцо
2	Учить бросанию мяча в вертикальную цель. Попадание в движущуюся цель. Совершенствовать отбивание мяча одной рукой в движении. Развивать глазомер, устойчивость внимания. Воспитывать умение самоорганизации в двигательной деятельности, потребность в ЗОЖ	1 Бросание мяча в вертикальную цель из-за головы (расстояние 2м) (15р) 2 «Попади в машину» -бросание малого мяча от плеча (расстояние 2,5-3м) (10- 15р) 3 Ведение мяча одной рукой в движении.	Ходьба с высоким подниманием колен, ходьба на внешней и внутренней стороне стопы, бег в рассыпную с остановкой на сигнал, ходьба с выпадом вперед. Упражнение на дыхание. (30сек.)	П/и «Мяч в воздухе»	мячи по количеству детей (большие и средние)
3	Учить детей элементам футбола. Учить без помощи рук обходиться мячом. Продолжать учить ведению мяча правой, левой рукой в заданном направлении, между предметами. Совершенствовать навыки бега. Развивать умение воспринимать показанное движение и точно передавать его	1 Ведение мяча правой, левой ногой по прямой. 2 Ведение мяча между ориентирами правой и левой ногой (8-Юр)	Ходьба «ракеты-самолеты», ходячий стол», «паровозик», легкий бег, бег подскоками с поочередным взмахиванием правой и левой рукой. Ходьба с заданиями для рук. Упражнение на дыхание (1мин). ОРУ с мячом-ежом	П/и «Забрось в кольцо» (2-3р)	МЯЧ И по количеству детей, 4 ориентира, баскетбольное кольцо.
4	Учить детей закатывать мяч в ворота; упражнять в ведении мяча правой и левой ногой с попаданием в ворота. Развивать ловкость, меткость, интерес к разным видам двигательной деятельности.	Закатывание мяча в ворота(15-20р) Ведение мяча правой и левой	Ходьба на носках, пятках, ходьба с высоким подниманием колен, легкий бег, бег с ускорением и замедлением. Ходьба с заданиями для рук. Дыхательные упражнения (1мин.)	П/и «Мяч над головой». «Вышибало»	мячи по количеству детей, ворота.

нед ели	Программное содержание	Работа по основным видам движений	Вводная часть ОРУ	Игры разной подвижн	оборуд ование
Апрель					
1	Учить отбивать мяч О стенку несколько подряд. В ходе занятия Объяснить упрощенные правила игры в футбол. Передача мяча одной ногой друг другу в парах. Совершенствовать умение работать в парах. Развивать все группы Мышц и формировать Ровную осанку. Содействовать развитию Положительных эмоций, умение общаться со сверстниками	1 Отбивание мяча о стенку несколько раз подряд (без остановок) (ребенок сам выбирает и регулирует расстояние) (8-12р) 2 Передача мяча Одной ногой друг Другу в парах, (расстояние 2.5м) (15р- 20р)	Ходьба на носках, ходьба с разворотом носки внутрь, в полуприседе. «крабики», легкий боковой Упражнение на дыхание (1мин). ОРУ (с мячом)	П/и «Воевода» «Передал- садись»	мячи по колич е ству детей,
2	Учить попадать мячом в другой предмет. Упражнять в ведении мяча ногами и передача мяча друг другу, с попаданием в цель. Развивать ловкость, быстроту, пространственные ориентировки. Воспитывать стремление к качественному выполнению движений.	1 Попадание мячом в другой предмет(6- 8р) 2 Передача мяча друг другу правой, левой ногой (расстояние 2.5м) (10- 15р) 3 Ведение мяча одной ногой с попаданием в цель.	Ходьба «великаны- карлики», ходьба «пингвины», скрестный шаг, шаг с выпадом вперед, легкий бег, бег спиной вперед. Ходьба по свистку в другую сторону.	П/и «Футбол палкой», П/и «Лови, бросай - падать не давай» (перебрас ывание мяча друг другу в быстром темпе).	мячи по колич е ству детей, кегли
3	Учить детей останавливать мяч ногой сверху, ударять по нему разной частью стопы: носком, внутренней	1. Остановка мяча а ногой сверху. 2. Учить ударять по мячу разной частью	Ходьба , шаг с выпадом вперед, легкий бег, бег спиной вперед. Ходьба по свистку с остановкой	П/и ((Догони мяч».	мячи по колич е ству

	и внешней частью стопы Учить следить за мячом выполнять действия защите ворот	ю стопы: носко м, внутренней и внешней частью стопы.			детей,
4	Продолжать регулировать силу удара по мячу. Ведению по полному кругу. Объяс нить значимость вратаря в игре футбол.	1 Отбивание мяча ногами в цепь. 2.Ведение мяча по кругу. 3.Прокатывание в ворота набивног о мяча друг другу выполняя удар по мячу разным и способами.	Ходьба на носках, пятках, ходьба с высоким подниманием колен, легкий бег, бег с ускорением и замедлением. Ходьба с заданиями для рук. Дыхательные упражнения (1 мин.)	П/и «Салки мячом». П/и «Удержи мяч в кругу»	мячи по колич е ству детей,
Ме сяц	Программное	Работа по основ ным видам	Вводная часть	Игры разной подвижнос ти	Обору до вание
Май					
1	Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. Развивать Координацию движений, глазомер, внимание. П/и «Футболисты».	1.Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза (с хлопком). 2.Отбивание м яча одной рукой змейкой. 3.Броски мяча вверх, ловля мяча сидя.	Ходьба на носках, ходьба с разворотом носка внутри, легкий бег, прыжки на одной ноге с продвижением вперед(1 Ос.), ходьба в полу приседе. Упражнение	П/и «Н еурони мяч».	мячи по коли чес ту детей

2	Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. Развивать чувство ритмичности. П/и «Футболисты» Педагогическое наблюдение.	1. Перебрасывание мяча через сетку одной рукой, ловля 2 руками(в парах). 2. Перебрасывание мяча с одной руки в другую.	Ходьба ходьба «карлики», легкий бег,бег подскоками. Ходьба с заданиями для рук.	П/и «Охотник и куропатки».	мячи по количеству детей
3	Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. Развивать чувство ритмичности. П/и «Играем в баскетбол» Педагогическое наблюдение	1. Перебрасывание мяча в парах с отскоком от земли. 2. Перебрасывание мяча из одной руки в другую. 3. Перебрасывание мяча друг другу одной рукой, ловля 2 руками.	3. Ходьба «великаны-карлики», скрестный шаг, «веселые обезьянки», легкий бег, бег подскоками. Упражнение на дыхание. 2.ОРУ (с большим мячом)	П/и «Ловишка мячом».	мячи по количеству детей
4	Встреча с образовательного находящегося территориально в близости.	командой учреждения	1.Бросание мяча двумя руками от груди и бросание мяча от плеча однойрукой. ходьба четвереньках,	Ходьба на носках, по сигналу парами, спортивная ходьба. по медвежьей лапе. Бег врассыпную «найди свое место». ОРУ (без предметов)	П/и «Мяч капитана»

2.2. Работа с родителями

Дать знания родителям о том, что должны уметь дети в работе с мячом по программе.

Наглядная информация для родителей:

- Папка «Мой весёлый звонкий мяч...» (содержит историю мяча, данные о

современных мячах, рекомендации родителям по выбору мячей для детей, значение мяча для ребёнка, картотеку русских народных игр с мячом, упражнения с мячом и т. д.)

- Папка «Играем дома» (содержит творческие подвижные игры для дома, улицы, с мячом и т.д.)
- Папка «Физкультура - это здорово» (содержит подвижные игры для всей семьи, подвижные игры разных народов, игры для всей семьи и т. д.)
- Пополнение картотек « Игры на улице»

3.Организационный раздел

3.1. Учебно-методическое обеспечение по реализации образовательной области

Методические пособия для педагогов (учебное пособие, методические рекомендации, т.д.)	Пособия для детей	Демонстрационные раздаточные материалы
- Т.Н.Доронова. Из детства в отрочество. Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей 4-7 лет. М., «Просвещение», 2002. - Т.Н. Доронова Материалы и оборудование для детского сада. Пособие для воспитателей и заведующих. М. ЭЛТИ-Кудиц 2003 - Т.Н.Доронова. Вместе с семьей методическое пособие. М., «Просвещение», 2005. -Н.В.Полтавцева, С физкультурой в ногу, из детсада в школу, М. 2006	• модули; • маски для подвижных игр; альбомы, схемы.	Спортивное оборудование для разучивания основных видов спортивных пособия Комплекты плакатов, учебно-наглядных пособий, комплекты конструкторов, кубиков и т.д.

Список литературы:

1. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М.,1983.
2. Алексанрова Е.Ю. Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении Волгоград, 2007.
3. Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду М., 1990.
4. Вадилова Е.Н. Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать. М ., 1983.
5. Гришин В.Г. Игры с мячом и ракеткой. М ., 1982.
6. Конеева Е В Детские подвижные игры. РИД., 2006.
7. Николаева НИ. Школамача М., 2008.
8. Пензулаева Л И. Физкультурные занятия с дошкольниками. М , 1988.
9. Стеланенкова Э.Я. Теория и методика (физического воспитания и развития ребенка. М ., 2008
10. Филиппова С О. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения СПб., 2005
11. Харченко Т Е. Утренняя гимнастика в детском саду. М .. 2011