

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 5 «Рябинка»

ПРИНЯТА:
Педагогическим советом
МАДОУ Детский сад №5 «Рябинка»
« 29 » августа 2022г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МАДОУ Детский сад №5 «Рябинка»
Н.П. Калачёва
« 29 » августа 2022г.



Приказ № 128

Дополнительная
общеразвивающая программа
«Школа мяча»

Возрастная категория воспитанников 5-7 лет
Срок реализации – 2 года



Составитель:
Кравченко
Светлана Александровна.
инструктор по физической
культуре

Осинниковский городской округ, 2022

Содержание

Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы»

- | | |
|---|----|
| 1. Пояснительная записка | 3 |
| 2. Цель и задачи Программы | 4 |
| 3. Учебно-тематический план (первый год обучения, дети 5-6 лет) | 8 |
| 4. Учебно-тематический план (второй год обучения, дети 6-7 лет) | 10 |
| 5. Планируемые результаты | 11 |

Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

- | | |
|--|----|
| 1. Учебный график | 14 |
| 2. Материально – техническое обеспечение Программы | 14 |
| 3. Формы подведения итогов реализации Программы | 15 |
| 4. Список литературы | 19 |
| 5. Приложение | |

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Школа мяча» (далее Программа) для детей старшего дошкольного возраста составлена на основе программ: «Физическая культура дошкольникам» Л.И. Пензулаевой, «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.

Направленность Программы. Программа «Школа мяча» физкультурно-спортивной направленности ориентирует детей старшего дошкольного возраста (5 - 7 лет) на овладение техникой игры с мячом; улучшение физического развития, физической подготовленности детей; развитию ловкости, координации, глазомера, согласованности движений; воспитанию морально-волевых качеств.

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.

Новизна программы состоит в том, что раскрывается разработанная система занятий по формированию технических навыков работы с мячом. Система работы заключается в подборе упражнений с мячами различного объема в определённой последовательности с дальнейшим усложнением, направленных на формирование двигательных навыков в процессе овладения мячом. Особое внимание уделяется формированию двигательных навыков и закреплению на основе высокой степени повторяемости и оптимальной последовательности способам владения мячом: ведение, броски, передачи, обманные движения и т.п.

Отличительной особенностью данной программы является то, что «Школа мяча» представляет собой систему, позволяющую сформировать у ребенка как индивидуальное свободное умение владения мячом (бросание, отбивание, метание, забрасывание), передвижение с ним по площадке в различных направлениях, преодоление контакта с противником, так и работу в микрокомандах – парами, тройками, пятерками.

Программа адресована на воспитателей и руководителей физического воспитания в ДОУ.

Сроки реализации Программы

Образовательная деятельность по программе рассчитана на 2 года обучения: первый год обучения – дети 5-6 лет, второй год обучения – дети 6-7 лет.

Уровень, формы и режим занятий.

Уровень программы-стартовый

Форма обучения – очная.

Форма организации – специально организованные групповые, подгрупповые занятия; игровые упражнения; индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом; соревнования.

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю, во второй половине дня с подгруппой детей в количестве 12 человек. Продолжительность занятий составляет для детей 5-6 лет – 25 минут, 6-7 лет – 30 минут.

Цель Программы: овладение детьми действиями с мячом на более высоком уровне, умением играть в спортивные игры с мячом, развитие у дошкольников «чувства мяча».

Задачи:

Оздоровительные:

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие;
- способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей

Образовательные:

- познакомить детей с историей, правилами и элементами спортивных игр: баскетбол, пионербол, волейбол, футбол;
- учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

Развивающие:

- развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;
- формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, забрасывание в корзину, подача мяча, блокирование, ведение мяча ногами, удар по воротам и умение применять их в игровой ситуации;
- развивать способность действовать мячом на достаточно высоком уровне.

Воспитательные:

- формировать общую культуру личности детей, в том числе ценности здорового образа жизни - воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели;
- воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

Педагогическая целесообразность Программы. 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, втроём, 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 Программы начального общего образования по предмету «Физическая культура».

Принципы и подходы:

- поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства;
- реализация программы в формах, специфических для детей дошкольного возраста, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности;
- принцип индивидуально-дифференцированного подхода;
- индивидуализации дошкольного образования;
- принцип гармоничности образования;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество детского сада с семьёй;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

Методы и приемы реализации Программы

Словесный метод:

- рассказ об истории спортивных игр с мячом;
- беседа о правилах спортивных игр с мячом;
- объяснение упражнения, указание, распоряжение, команда.

Наглядный:

- показ образца с одновременным объяснением, выполнением действий и включением в них детей;
- демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах игры и т.д., просмотр мультфильмов на спортивную тематику;
- показ наглядных пособий, схематичных изображений – алгоритмов выполнения упражнений.

Практический:

- повторение упражнения;
- творческие задания;
- игровые задания;
- соревнования.

Практическим методом обучения детей дошкольного возраста является – *игра*. Игра выступает как основной метод овладения детьми двигательными умениями и навыкам движения с мячом.

Игровой метод:

- освоение детьми техникой игры в пионербол, баскетбол, футбол, волейбол, состоящую из двух видов действий: движения, которые выполняются без мяча или с мячом в руках без передачи его партнёру (стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения).

Возраст детей участвующих в реализации Программы

Возрастные особенности психофизического развития детей данного возраста. Возрастной период от 5 - 7 лет называют периодом «первого вытяжения»; за один год ребёнок может вырасти до 7 - 10 см, на протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц - 200 г, а роста - 0,5 см. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребёнка к пяти - шести годам ещё не завершено. В этом возрасте у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают упражнения в ходьбе, беге, прыжках, метании. В возрасте 5-7 лет улучшается координация движений. Дети способны выполнять упражнения более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию взрослого или требуемой ситуацией. В этом возрасте совершенствуются основные процессы ЦНС: возбуждение и особенно торможение, и несколько легче формируются все виды условного торможения. Интенсивно формируется сердечно - сосудистая система. Средняя частота пульса к 6-7 годам составляет 92-95 ударов в минуту. Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых от взрослого. Жизненная ёмкость лёгких невелика, поэтому он дышит чаще, в среднем 25 раз в минуту. Исследования по определению общей выносливости детей (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно – сосудистой и дыхательной систем у детей этого возраста достаточно высокие.

Значимые для реализации программы возрастные характеристики особенностей развития детей: ловкость, быстрота, выносливость, ориентация в пространстве.

Сроки реализации Программы

Образовательная деятельность по программе рассчитана на 2 года обучения: первый год обучения – дети 5-6 лет, второй год обучения – дети 6-7 лет.

Структура занятия

Структура специально организованного занятия с мячом имеет традиционную структуру и состоит из трёх частей:

I часть – вводная (5-7 мин.) включает в себя различные виды ходьбы и бега, ОРУ, комплекс ритмической гимнастики.

II часть – основная (13-15 мин.) состоит из ОРУ с разными видами мячей, основных видов движений с мячами, упражнения для кистей рук с мелкими предметами, подвижные игры, дыхательных упражнений.

III часть – заключительная (3-5 мин.) организовывается в виде релаксации (упражнений на расслабление мышц и снятие утомления) или просмотра презентаций, видеороликов.

Этапы реализации Программы

В дошкольном возрасте доминирующую роль играют зрительные образы, поэтому любое словесное объяснение сопровождается наглядным показом взрослого и многократным повторением упражнений. Далее на каждом занятии навыки владения мячом дети осваивают и закрепляют через игровую деятельность. Обучение дошкольников в «Школе мяча» состоит из трёх этапов:

1 этап – начальное обучение: дети учатся простейшим действиям с мячом для развития координации движений, развивают умение следить за траекторией полёта мяча, вырабатывают быструю ответную реакцию на летящий мяч.

2 этап – углубленное разучивание: дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом; их действия принимают направленный и осознанный характер. Этап углубленного разучивания упражнений характеризуется уточнением и совершенствованием техники выполнения.

3 этап – закрепление и совершенствование знаний и двигательных навыков: закрепления полученных знаний, умений и навыков владения мячом в спортивных играх и эстафетах. Этап совершенствования упражнений можно считать завершённым, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

Содержание Программы (первый/второй год обучения)

Содержание Программы включает два направления обучения: теоретическое и практическое.

Теоретический материал проводится в виде бесед:

- знакомство детей с историей возникновения мяча;
- правила игры в пионербол, баскетбол, футбол, волейбол;
- спортивные термины;
- правила игры;
- жесты судей.

Практическая деятельность предусмотрена программой с первых занятий. В содержание практических занятий входят:

- обучение детей техническим навыкам владения мячом;

- строевые упражнения;
- упражнения для различных групп мышц, с предметами и без предметов;
- специальные упражнения для развития быстроты, прыгучести, ориентировки;
- элементы легкой атлетики;
- спортивные и подвижные игры.

**Учебно-тематический план
(первый год обучения, дети 5-6 лет)**

№ п/п	Наименование раздела/ темы	Общее количество учебных часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Диагностика	4	-	4	
1	История возникновения мяча	1	1	-	
2	Спортивная игра «Баскетбол»	6	1	5	
2.1.	Беседа о спортивной игре «баскетбол».	-	1	-	
2.2	Броски мяча. Ловля – передача мяча двумя руками	-	-	2	Наблюдение: броски мяча действие по сигналу
2.3.	Передача мяча одной рукой от плеча.	-	-	1	Наблюдение: игра с мячом, не мешая другим
2.4.	Передача мяча от груди разными способами	-	-	1	Наблюдение: согласованность своих движений с движениями товарища
2.5	Ведение мяча правой, левой рукой	-	-	1	Наблюдение: следить за положением руки
3	Спортивная игра «Волейбол»	8	1	7	
3.1.	Беседа о спортивной игре «волейбол»	-	1	-	
3.2.	Броски мяча через сетку	-	-	2	Наблюдение: броски мяча двумя руками снизу вверх
3.3.	Техника верхней прямой подачи мяча	-	-	2	Наблюдение: подбрасывание мяча невысоко и точно перед собой, правильное исходное положение перед подачей

3.4.	Основные стойки волейболиста	-	-	2	Наблюдение: передача мяча в парах двумя руками
3.5.	Передача мяча друг другу в парах	-	-	1	Наблюдение: передача мяча в парах двумя руками из-за головы
4	Спортивная игра «Футбол»	4	1	3	
4.1.	Беседа о спортивной игре «футбол»	-	1	-	
4.2.	Ведение мяча между ориентирами	-	-	1	Наблюдение: не отпускать далеко мяч от себя, не делать резкие движений
4.3.	Умение перемещаться по площадке	-	-	1	Наблюдение: следить за положением стоп
4.4.	Передача мяча в быстром темпе	-	-	1	Наблюдение: передача мяча друг другу ногами
5	Спортивная игра «Пионербол»	9	1	8	
5.1.	Беседа о спортивной игре «пионербол»	-	1	-	
5.2.	Метание мяча, ориентирование на площадке	-	-	2	Наблюдение: Метание мяча - с расстояния 2-2,5м в обруч - в корзину (на полу)
5.3.	Передача мяча	-	-	2	Наблюдение: правильная подготовка рук
5.4.	Обучение подаче	-	-	2	Наблюдение: умение правильно отводить руку, метать в цель с расстояния 2-2,5м
5.5.	Обучение ловле	-	-	2	Наблюдение: умение правильно выставлять руки, правильно оценивать ситуацию
Итого		32	9	23	

**Учебно-тематический план
(второй год обучения, дети 6-7 лет)**

№ п/п	Наименование раздела/ темы	Общее количество учебных часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Диагностика	4	-	4	
1	Беседа о спортивных играх «баскетбол», «волейбол», «футбол», «пионербол»	2	2	-	
2	Спортивная игра «Баскетбол»	4	-	4	
2.1.	Броски мяча. Ловля – передача мяча двумя руками	-	-	1	Наблюдение: броски мяча действие по сигналу
2.2	Передача мяча одной рукой от плеча.	-	-	1	Наблюдение: игра с мячом, не мешая другим
2.3.	Передача мяча от груди разными способами	-	-	1	Наблюдение: согласованность своих движений с движениями товарища
2.4.	Ведение мяча правой, левой рукой	-	-	1	Наблюдение: следить за положением руки
3	Спортивная игра «Волейбол»	7	-	7	
3.1.	Броски мяча через сетку	-	-	2	Наблюдение: броски мяча двумя руками снизу вверх
3.2.	Техника верхней прямой подачи мяча	-	-	2	Наблюдение: подбрасывание мяча невысоко и точно перед собой, правильное исходное положение перед подачей
3.3.	Основные стойки волейболиста	-	-	1	Наблюдение: передача мяча в парах двумя руками
3.4.	Передача мяча друг другу в парах	-	-	2	Наблюдение: передача мяча в парах двумя руками из-за головы
4	Спортивная игра «Футбол»	3	-	3	
4.1.	Ведение мяча между	-	-	1	Наблюдение:

	ориентирами				не отпускать далеко мяч от себя, не делать резкие движений
4.2.	Умение перемещаться по площадке	-	-	1	Наблюдение: следить за положением стоп
4.3.	Передача мяча в быстром темпе	-	-	1	Наблюдение: передача мяча друг другу ногами
5	Спортивная игра «Пионербол»	8	-	8	
5.1.	Метание мяча, ориентирование на площадке	-	-	2	Наблюдение: Метание мяча - с расстояния 2-2,5м в обруч - в корзину (на полу)
5.2.	Передача мяча	-	-	2	Наблюдение: правильная подготовка рук
5.3.	Обучение подаче	-	-	2	Наблюдение: умение правильно отводить руку, метать в цель с расстояния 2-2,5м
5.4.	4.Обучение ловле	-	-	2	Наблюдение: умение правильно выставлять руки, правильно оценивать ситуацию
6.	Командные соревнования по волейболу, баскетболу, пионерболу, футболу	4	-	4	Наблюдение: выполнять правила спортивной игры
Итого		32	2	30	

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

Задачи первого года обучения (5-6лет)

- 1.Формирование двигательных навыков у детей, умения работать в команде.
- 2.Развитие точности и координации движений, пространственной ориентировки, зрительной и слуховой ориентации.
- 3.Развитие физических качеств ребёнка.
- 4.Воспитание положительных нравственно-волевых черт детей, умение принимать быстрые, разумные решения, соблюдение правил игры и поведения.

К концу года дети должны знать:

1. спортивные игры с мячом;
2. разновидность спортивных игр;
3. название разных мячей к каждой игре;
4. название спортсмена определенного вида спорта с мячом.

К концу года дети должны уметь:

1. действовать по сигналу воспитателя, быстро реагировать на сигнал;
2. играть с мячом, не мешая другим;
3. согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);
4. бросать и ловить мяч:
 - двумя руками снизу вверх;
 - двумя руками снизу вверх с хлопком впереди;
 - передача в парах двумя руками снизу, из-за головы, от груди;
5. метать мяч:
 - с расстояния 2 - 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками снизу; двумя руками от груди, двумя руками из-за головы;
 - в баскетбольную корзину с места;
 - в баскетбольную корзину с ведением мяча;
6. отбивать мяч:
 - на месте правой, левой рукой;
 - на месте правой с передачей из правой руки в левую руку;
 - поворачиваясь вокруг себя правой, левой рукой;
 - правой, левой рукой с продвижением вперёд.

Задачи второго года обучения (6-7 лет)

1. Формирование умений действовать с мячом, с целью подведения их к усвоению приемов передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину.
2. Развитие основных двигательных качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости; учить командным взаимодействиям.
3. Развитие точности, координации, глазомера.
4. Воспитание умения играть с мячом, не мешая другим детям, уступать друг другу мяч; приучать слушать сигнал.

К концу года дети должны знать:

1. правила игры в пионербол;
2. спортивные термины;
3. простейшие схемы движения с мячом.

К концу года дети должны уметь:

1. бросать и ловить мяч:
 - двумя руками снизу вверх;
 - двумя руками снизу вверх с хлопком впереди;
 - передача в парах двумя руками снизу, из-за головы, от груди;
2. метать мяч:
 - одной рукой от плеча;
 - одной рукой от плеча после ловли его от партнёра;
 - вести и передавать мяч парами с продвижением вперед (ходьба, бег);
 - в баскетбольную корзину с места двумя руками от груди;
 - в баскетбольную корзину с ведением мяча и последующей передачей партнёру;

3. вести мяч:

- на месте правой, левой рукой;
- на месте правой с передачей из правой руки в левую;
- правой, левой рукой с продвижением вперед;
- правой и левой рукой, свободно продвигаясь по площадке;
- с изменением направления продвижения
- соблюдать правила в командной игре.

Ребёнок освоил элементы спортивных игр:

Баскетбол:

- умеет передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча)
- умеет перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении
- умеет ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон
- умеет забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча
- умеет вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь по сигналу

Волейбол:

- умеет выполнять отбивание мяча после подачи соперника через сетку;
- умеет производить подачу надувного мяча одной рукой снизу, сверху;
- выполняет простейшие правила игры.

Футбол:

- умеет передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте;
- умеет вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Пионербол:

- умеет производить подачу из-за лицевой линии;
 - умеет выполнять бросок через сетку из разных частей площадки.
- Педагогическая диагностика освоения детьми техники владения мячом проводится по критериям, предложенным Николаевой Н.И. («Уровни усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом»).

Основные способы определения результативности Программы: наблюдения, контрольно-игровые упражнения, мини-соревнования.

2. Учебный график

Образовательная деятельность по программе начинается с 01 сентября текущего года по 31 мая последующего года. Включает 32 занятия в год для каждого периода обучения.

Общая трудоемкость программы составляет:

- первый год обучения (5-6 лет) – 800 минут/ 13 час. 30 минут;
- второй год обучения (6-7 лет) – 960 минут/ 16 час. 00 минут.

Программа включает в себя: диагностическое обследование детей, вводные занятия, 4 основных раздела «Баскетбол», «Волейбол», «Футбол», «Пионербол», командные соревнования.

Возрастная группа	Количество занятий / минут в неделю	Количество занятий / минут в месяц	Количество занятий / минут в год	Общая трудоемкость в год / часах/
Старшая группа (5-6 лет)	1 / 25 мин	4 / 100 мин	32 / 800 мин	13 час.30 мин.
Подготовительная группа (6-7 лет)	1 / 30 мин	4 / 120 мин	32 / 960 мин	16 час.00 мин.

Материально - техническое обеспечение Программы

Для реализации Программы в образовательном учреждении имеется спортивный зал. Оборудование соответствует требованиям программы

Спортивный инвентарь:

1. Мячи:

- резиновые (малые, средние, большие) (по 12 шт.)
- малые пластмассовые (7шт.)
- надувные (7шт.)
- массажные резиновые (7шт.)
- баскетбольные (3 шт.)
- волейбольные (2 шт.)
- футбольные (2шт.)

2. Воздушные шарики (7шт.)

3. Фитболы (7шт.)

4. Цветные клубки (7шт.)

5. Мелкие предметы для развития кисти руки:

- мячики для пинг-понга
- пластмассовые массажные мячики
- попрыгунчики
- шнурки
- карандаши
- брусочки
- цилиндры

6. Баскетбольные корзины (2 шт.)
7. Напольные корзины (4 шт.)
8. Шнур для натягивания (2 шт.)
9. Волейбольная сетка (1 шт.)
10. Футбольные ворота (2 шт.)
11. Обручи (10 шт.)
12. Кубики (20 шт.)
13. Кегли (20 шт.)
14. Гимнастические скамейки (2 шт.)
15. Мишени (2 шт.)
16. Свисток (2 шт.)

Технические средства обучения:

1. Магнитофон
2. CD-диски (музыка для ходьбы, бега, ритмической гимнастики, релаксации)
3. Флеш-карта (презентации, видеоролики, мультфильмы)
4. Ноутбук

Формы аттестации

Диагностика по программе включает: начальную, промежуточную и итоговую:

- начальная диагностика проводится с детьми первого года обучения (5-6 лет) в сентябре месяце.
- промежуточная диагностика проводится с детьми первого года обучения (5-6 лет), при переходе на второй год обучения (май)
- итоговая диагностика проводится с детьми второго года обучения (6-7 лет) по окончанию освоения программы (май).

Начало года (сентябрь). Выявить уровень физической подготовленности детей.

Первичная диагностика исходных показателей в соответствии диагностической картой «Диагностика по определению уровня усвоения программы».

Конец года (май). Выявить уровень физической подготовленности детей.

Итоговая диагностика исходных показателей в соответствии в соответствии диагностической картой «Диагностика по определению уровня усвоения программы». (приложение 1, приложение 2)

1. Вводное занятие.

Теория.

- Беседа по технике безопасности «Правила безопасности на занятии».
- Беседа «Требования к физической форме, обуви».
- Беседа «Культура поведения в коллективе и в спортивном зале».
- Беседа «История возникновения мяча». «Разновидности мячей». «Спортивные игры с мячом».

Практика. Игры на знакомство и сплочение коллектива.

2. Спортивная игра «Баскетбол»

Теория. Знакомство с правилами игры в баскетбол – объяснить основные принципы игры и правила, спортивные термины, жесты судей. Показ и пояснение техники выполнения движения.

Практика.

- бросок мяча в баскетбольную корзину двумя руками из-за головы;
- подбрасывать и ловить мяч двумя руками, на месте;
- бросок мяча в корзину, поставленную на пол, способом от груди;
- бросок мяча об пол и ловля двумя руками в движении, не теряя мяча;
- удар по мячу ногой в цель (3 из 5);
- перебрасывание мяча двумя руками друг другу;
- отбивание мяча одной рукой на месте;
- отбивание мяча правой и левой рукой, продвигаясь шагом вперед;
- метание мяча в вертикальную цель.

3. Спортивная игра «Волейбол»

Теория. Знакомство с правилами игры в волейбол – объяснить основные принципы игры и правила, спортивные термины, основные стойки волейболиста. Показ и пояснение техники выполнения движения.

Практика.

- броски мяча через сетку, замах руки для траектории движения мяча;
- техника верхней прямой подачи для выполнения волейбольного элемента;
- подбрасывание мяча так, чтобы он подлетел вверх над местом;
- удар по мячу снизу в центр мяча;
- основные стойки волейболиста: высокая (во время подачи или броска мяча через сетку, выполнения блокирования, паса или нападения), средняя (в играх – ловля мяча, передача сверху и снизу, подготовка к блокированию и нападению), низкая (во время защитных действий, т.к. она облегчает быстрое передвижение по площадке под быстрые или низкие мячи, позволяет выполнить падение для сохранения мяча в игре);
- передачи мяча друг другу в парах.

4. Спортивная игра «Футбол» (мини футбол)

Теория. Знакомство с правилами игры в футбол – объяснить основные принципы игры и правила, спортивные термины, жесты судей. История возникновения игры, основные правила, знакомство с футбольным мячом. Показ и пояснение техники выполнения движения.

Практика.

- ведение мяча между ориентирами: несильные удары ногой по мячу внутренней стороной стопы, носком, внешней частью подъема;
- перевод мяча под левую ногу и наоборот;
- ведение мяча по прямой в медленном темпе так, чтобы при каждом шаге мяч касался ноги;
- ведение мяча по кругу по линии условного круга диаметром 5-6 м; вести мяч поочередно правой и левой ногой постепенно увеличивая темп;
- ведение мяча по обозначенному коридору длиной 0-25 м и шириной 1 м; вести мяч по коридору, меняя ноги постепенно уменьшать коридор до 50 см,

изменяя направление и скорость. Вести мяч, произвольно меняя направление движения и скорость;

- умение перемещаться по площадке, правильно оценивание ситуацию, делать выводы о необходимости какого-либо игрового действия;
- передача мяча друг другу в быстром темпе. Техника «открывание» – умение отдавать передачу в движении, приставным шагом, выходу для получения мяча;
- техника «остановка мяча» (полная и неполная). В игре применяются неполные остановки.

5. Спортивная игра «Пионербол»

Теория. Знакомство с правилами игры в пионербол – объяснить основные принципы игры и правила, спортивные термины, жесты судей. Беседа о понятии «аут». Показ и пояснение техники выполнения движения.

Практика.

- формирование навыков точного выполнения правил, ориентирование на площадке. Развивать умение строго соблюдать правила;
- передачи мяча. Развивать умение передавать мяч по разным траекториям;
- обучение подаче. Развивать умение правильной стойке при подаче, правильному движению руки;
- обучение ловле. Развивать умение правильной стойке при приеме, правильно готовить руки при ловле мяча.

6. Командные соревнования.

Соревнования - главная цель выявить победителя в индивидуальных или командных соревнованиях. В этих играх следует поощрять разнообразные достижения участников игр-эстафет, связанные: с их физической подготовленностью; с сохранением навыков, выработанных на занятиях в условиях сложной игровой деятельности; с достижениями в отдельном виде соревнования. Поощряется точное выполнение правил и соблюдение принципов честной игры в действиях. Победитель должен знать, что он смог победить не только потому, что он самый ловкий, самый сильный и т. д., но и потому, что были другие, которые проиграли. Проигравший должен знать, что тот, кто учится проигрывать, - побеждает.

Контроль и учёт результата освоения Программы

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Цель педагогического мониторинга заключается в сборе и анализе полученных результатов; их соответствии поставленным целям, а также в прогнозировании дальнейших перспектив развития личности ребенка. Основными методами диагностики являются тестовые задания на выявление уровня владения мячом. Показатели педагогического мониторинга определяются в соответствии с реализуемой программой. Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих

образовательных задач: индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории, коррекции особенностей развития); оптимизации работы с группой детей.

Система оценки результатов освоения Программы

Степень выраженности оцениваемого качества: высокий, средний, низкий уровень.

Вид оценочной системы: баллы.

Показатели оценки результативности. Оценки показателей по каждому тестовому заданию суммируются. Наивысшее число баллов, которое может получить ребенок - 30. На основе набранной суммы определяется степень выраженности показателей по каждому уровню усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом:

- высокий уровень – 20 - 30 баллов
- средний уровень – 13 - 19 баллов
- низкий уровень – 8 - 12 баллов

1. Отбивание мяча об пол одной / двумя руками (на месте / в движении):

- не менее 10 раз подряд – 3 балла,
- от 5 до 10 раз – 2 балла,
- менее 5 – 1 балл.

2. Броски мяча вверх и ловля его (на месте / в движении):

- не менее 10 раз – 3 балла,
- от 5 до 10 раз – 2 балла,
- менее 5 – 1 балл.

3. Действия с мячом в паре:

- технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
- допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
- не справляется с выполнением задания – 1 балл.

4. Броски мяча в баскетбольную корзину:

- технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
- допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
- не справляется с выполнением задания – 1 балл.

5. Перебрасывание мяча через сетку друг другу:

- технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
- допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
- не справляется с выполнением задания – 1 балл.

6. Бросание мяча вдаль до указанных ориентиров:

- технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
- допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
- не справляется с выполнением задания – 1 балл.

7. Участие в играх с мячом (баскетбол, футбол, пионербол),

- знает и соблюдает правила игры, технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
- допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
- не справляется с выполнением задания – 1 балл.

Результаты педагогической диагностики заносятся в диагностическую карту и должны отражать уровень планируемых результатов освоения программы
(Приложение 1,2)

Формы подведения итогов реализации программы

- итоговые занятия
- игры, эстафеты
- физкультурные досуги
- развлечения
- оформление фотостенда спортивной тематики
- командные соревнования

Методическое обеспечение Программы

1. Адашквичене Э.И. Баскетбол для дошкольников. М., 1983.
2. Александрова Е.Ю. Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. Волгоград, 2007.
3. Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду. М., 1990.
4. Вавилова 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. РНД., 2006.
7. Николаева Н.И. Школа мяча. М., 2008.
8. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с дошкольниками. М., 1988.
9. Воспитание здорового ребенка / М.Д. Маханева. – М.: Аркти, 1997.
10. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду / Под ред. Т.С. Яковлевой. – М.: Школьная пресса, 2006.
11. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении / Н.С. Голицына. – М.: Скрепторий, 2004.
12. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет / Л.И. Пензулаева. – М.: Владос, 2002.
13. Растем здоровыми / В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. – М.: Просвещение, 2002.

Приложение 1

**Диагностика по определению уровня усвоения программы
(первый год обучения, 5-6 лет)**

№ п/п	ФИ ребёнка	Виды движений																				Сумма баллов/ уровень	
		бросание				отбивание				метание				забрасывание									
		Бросание вверх и ловля двумя руками на месте, в движении)		Перебрасыв ание в парах		Отбивание мяча об пол одной рукой на месте		Отбивание мяча об пол одной рукой с продвиже нием вперед		Бросание мяча вдаль до указанных ориентиро в		В горизонта льную цель с R 4м		Вдаль не менее 6 м		В корзину стоящую на полу		В баскетбол ьную корзину		Перебрас ывание мяча через сетку друг другу			
н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.		

Высокий уровень - 20-30 баллов, Средний уровень - 13-19 баллов, Низкий уровень - 8-12 баллов

Приложение 2

**Диагностика по определению уровня усвоения программы
(второй год обучения, 6-7 лет)**

№ п/п	ФИ ребёнка	Виды движений																		Сумма баллов/ уровен ь		
		бросание				отбивание				забрасывание				участие в спортивных играх, элементы спортивных игр								
		Бросание вверх и ловля одной рукой		Бросание в парах с поворотом кругом.		Отбивание мяча об стены		Отбивание мяча одной рукой от пола с продвиже нием бегом		В баскетбол ьную корзину после ведения с фиксацией остановки		В баскетбольную корзину после ведения с фиксацией остановки		пионербол		баскетбол		волейбол				футбол
н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	

Высокий уровень - 20-30 баллов, Средний уровень - 13-19 баллов, Низкий уровень - 8-12 баллов