

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 29 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С  
ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО  
ПОЗНАВАТЕЛЬНО – РЕЧЕВОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ  
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ – ПЕТЕРБУРГА**

**ПРИНЯТА**

Педагогическим Советом  
ГБДОУ д/с №29  
Протокол №1  
от «29» августа 2025г

**УТВЕРЖДЕНА**

Заведующий ГБДОУ д/с №29  
\_\_\_\_\_ М.Б. Ниткина  
Приказ №122  
от «29» августа 2025г

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Школа мяча»**

Срок освоения 32 недели  
Возраст обучающихся: 5-6 лет

Разработчик: Захарова О.А.  
Педагог дополнительного образования

2025г

## Содержание.

1.	Пояснительная записка.....	3 стр.
1.1.	Направленность.....	3стр.
1.2.	Актуальность.....	3 стр.
1.3.	Отличительные особенности.....	4 стр.
1.4.	Адресат программы.....	4 стр.
1.5.	Цель программы.....	4стр.
1.6.	Задачи программы.....	5 стр.
1.7.	Планируемые результаты.....	5 стр.
1.8.	Организационно-педагогические условия.....	5 стр.
2.	Учебный план.....	6 стр.
2.1.	Календарный учебный график.....	7 стр.
3.	Рабочая программа.....	9 стр.
3.1.	Возрастные особенности.....	9 стр.
3.2.	Содержание программы.....	12 стр.
3.3.	Планируемые результаты.....	24 стр.
3.4.	Оценочные и методические материалы.....	25 стр.
4.	Литература.....	27 стр.

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1 Направленность: социально-гуманитарная**

Программа направлена на общее развитие личности обучающихся средствами физической культуры; сохранение и укрепление здоровья, формирование ценностного отношения и мотивации к здоровому образу жизни. «Школа мяча» направлена на обучение игровым видам спорта и обеспечивает двигательную активность детей.

### **1.2.Актуальность**

Актуальность данного направления в работе с детьми-дошкольниками обуславливается тем, чтобы уделить больше внимания игровым видам спорта, футболу, пионерболу и баскетболу.

Методика начального обучения игры в баскетбол детей школьного возраста разработана и отражена в работах Н.И. Преображенского, Т.А. Зельдович, С.А. Кераминаса, Ю.Ф. Буйлина и Ю.И. Портных и др.

Однако содержание и методика обучения элементам игры в баскетбол, футбол и пионербол детей дошкольного возраста специально не разрабатывались. Тем не менее, авторы методических пособий по физическому воспитанию подчеркивают целесообразность использования элементов спортивных игр в качестве одного из средств физического воспитания старших дошкольников.

Следовательно, необходимо детально разработать методику обучения элементам спортивных игр детей дошкольного возраста для использования ее в кружковой работе, определение его содержания с учетом возрастных особенностей детей, их физического развития и физической подготовленности. При этом необходимо учитывать и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста, и специфику работы дошкольного учреждения.

На 6 году жизни у детей происходит качественный скачок в развитии движений, появляется выразительность, плавность, точность, при выполнении циклических и ациклических видов деятельности. Дети лучше осваивают ритм движения. Быстро переключаются с одного темпа на другой, что особенно важно при обучении игры в баскетбол. Точнее оценивается пространственное расположение частей тела, предметов, глазомер. Дети начинают замечать ошибки при выполнении отдельных упражнений с мячом, способны на элементарный анализ. Они могут различать в содержании упражнений с мячом не только его основные элементы, но и детали, начинают осваивать более тонкие движения в действии кистью при передаче, ведении, броска мячом по кольцу.

В кружковую работу могут включаться и игры с мячом, и специальные упражнения по закреплению навыков владения им. Обучение детей основным приемам владения мячом в игровых условиях должно иметь целью достижения благоприятного физического развития, разносторонней двигательной подготовленностью детей, ознакомлением детей с баскетболом в доступной форме и преемственности в работе по физическому воспитанию ДООУ и начальной школы.

Основное внимание должно быть направлено не на специальную подготовку,

а на создание общих предпосылок успешного обучения спортивным играм в школе.

### **1.3. Отличительные особенности**

Данная программа модифицированная, базируется на ведущих теоретических идеях следующих программ:

- «Программа Олимпийского образования дошкольников», И.А. Филиппова;
- «Играйте на здоровье» (Волошина Л.Н., Новичкова Л.В.);
- Технология «Обучение детей дошкольного возраста игре в баскетбол» Адашкявичене Э.Й.

Данная программа обеспечивает всестороннее развитие личности в процессе физического воспитания ребенка на основе его психофизиологических особенностей и природных двигательных задатков, способствует личной заинтересованности детей в самостоятельном совершенствовании своих результатов создает оптимальные условия (специфичные для дошкольников) для реализации творческой активности.

Положительная эмоциональная окрашенность физической деятельности детей (умение владеть мячом) и руководителя обеспечивает комфортную обстановку на занятиях и укрепляет желание дальнейшей работы. Смена видов действия с мячом, использование различных дополнительных игровых приемов с разной физической нагрузкой сосредотачивает внимание детей, дисциплинирует и, снимает напряжение.

Программа представляет собой систему, позволяющую научить ребенка свободно владеть мячом, передвигаться с ним по площадке в различных направлениях, развитие скоростных качеств и координации.

Программа предусматривает как индивидуальное умение владения с мячом, так и действие в микрокомандах – парами, тройками, пятерками.

Перспективное планирование обеспечивает освоение программного материала в определенной последовательности. Повторяемость занятий позволяет закреплять умения и навыки.

Принимая во внимание необходимость индивидуальной и коллективной работы с детьми, распределение программного материала можно считать примерным.

Данная программа составлена с учетом особенностей развития детей 5-6 летнего возраста.

**1.4.Адресат программы:** программа предназначена для детей дошкольного возраста с 5 до 6 лет. Условия набора: без проведения дополнительного отбора.

**Уровень освоения ДОП:** общекультурный.

**Объем и срок освоения ДОП:**

Всего в год – 32 занятия (32 ч.)

Количество занятий в месяц: 4 (1 раз в неделю).

Занятия проводятся с октября по май.

**1.5. Цель программы:** Обучение детей основным элементам игры в баскетбол, футбол и пионербол.

**1.6. Задачи:**

**Образовательные:**

- дать детям представление об игре в баскетбол, футбол, пионербол.
- ознакомление с правилами игр в баскетбол, футбол и пионербол.
- обучение основным движениям и правильной технике владением мячом

**Воспитательные:**

- воспитание положительных морально - волевых качеств, умение подчинять свои личные интересы интересам команды.

**Развивающие:**

- развитие физических качеств: скорости, координации, выносливости, силы;
- формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- развитие глазомера – точное попадание в цель;
- формирование навыков и стереотипов здорового образа жизни;

**1.7.Планируемые результаты**

**Предметные:**

- Умение выполнять ведение мяча, выполнять броски мяча в баскетбольное кольцо.
- Умение выполнять бросок мяча через сетку используя правила игры в пионербол
- Умение ловить мяч двумя руками;
- Знание правила игры в баскетбол, футбол, пионербол.
- Выполнять ведение мяча и удар мячом по воротам.

**Личностные:**

- Самостоятельность, дисциплинированность, уверенность в себе;
- Проявление интереса к спортивным играм.
- Умение взаимодействовать со сверстниками, взрослыми.
- Умение слушать и слышать других, слаженно работают в команде.
- Договариваться и приходить к общему решению совместной деятельности.

**Метапредметные:**

- Развитие внимания, памяти, наблюдательности;
- Умение точно выполнять инструкцию, правила.

**1.8.Организационно-педагогические условия реализации:**

**Язык реализации ДОП:** русский

**Форма обучения ДОП:** очная.

**Условия набора и формирования групп ДОП:**

Группа одновозрастная. Условия приема свободные, принимаются все желающие с учетом возраста.

**Формы организации деятельности детей на занятии:**

индивидуальная, парная, фронтальная, подгрупповая.

**Формы работы:**

- совместная деятельность педагога с детьми;
- индивидуальная работа с детьми;

**Особенности организации образовательного процесса:**

Для детей 5-6 лет ДОП нацелена на освоение техники и основных движений: в баскетболе например, это ведение мяча правой и левой руками, броски мяча различными способами в баскетбольное кольцо. В футболе ведение мяча правой и левой ногами и удар по воротам.

В пионерболе броски мяча через сетку различными способами. Обучение основным движениям происходит постепенно от простого к сложному. Если ребенок не может сделать основное движение, начинает с подводящего упражнения. Обеспечивается участие ребёнка во всех доступных ему видах коммуникативного взаимодействия. В содержание занятий включена постоянная смена деятельности детей: предусмотрена индивидуальная работа с педагогом, самостоятельная деятельность, занятия по подгруппам.

Занятия проходят 1 раз в неделю, продолжительность 25 минут.

**Модели организации образовательного процесса:**

- Специально организованная деятельность педагога с детьми.
- Совместная деятельность. Отработка новых способов работы.
- Самостоятельная деятельность. Применение полученных знаний в своей работе.

**Материально-техническое оснащение:**

- Мячи
- Баскетбольные кольца
- Футбольные ворота
- Сетка
- Фишки, конусы
- Наглядно-демонстрационный материал.

**Кадровое обеспечение ДОП:**

В реализации программы задействован педагог дополнительного образования.

**2. Учебный план**

№ п\п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	теория	практика	
1	Беседа. Профилактика травматизма на занятиях. Разновидность мячей. Игры с мячом.	3	0.5	2.5	Педагогическая диагностика.
2	Баскетбол. Беседа об игре в Баскетбол.	9	0.5	8.5	Наблюдение, упражнения, рефлексия

	Практические занятия.				
3	Футбол. Беседа об игре в Футбол. Практические занятия.	9	0.5	8.5	Наблюдение, упражнения, рефлексия
4	Пионербол. Беседа об игре в Пионербол. Практические занятия.	9	0.5	8.5	Наблюдение, упражнения, рефлексия
5	Спортивные игры.	2	0	2	Наблюдение, упражнения, рефлексия
	<b>Итого:</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>30</b>	

## 2.1. Календарный учебный график.

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий ГБДОУ д/с №29  
Приморского района Санкт-Петербург

\_\_\_\_\_ М.Б. Ниткина

Приказом № 122, от 29 августа 2025г

### Календарный учебный график реализации дополнительной общеразвивающей программы

**« Школа мяча»**

на 2025-2026 учебный год

Педагог дополнительного образования  
Захарова О.А.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Колич. уч. недель	Колич. уч. дней	Количество уч. часов	Режим занятий
1 год	01 октября	31 мая	32	32	32	1 раз в неделю по 25 мин

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 29 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С  
ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО  
ПОЗНАВАТЕЛЬНО – РЕЧЕВОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ  
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ – ПЕТЕРБУРГА**

**ПРИНЯТА**

Педагогическим Советом  
ГБДОУ д/с №29  
Протокол № 1  
от «29» августа 2025г.

**УТВЕРЖДЕНА**

Заведующий ГБДОУ д/с № 29  
\_\_\_\_\_ М.Б. Ниткина  
Приказ № 122  
от «29» августа 2025г.

**Рабочая программа к  
Дополнительной общеразвивающей программе  
«Школа мяча»**

Срок освоения: 32 недели  
Возраст обучающихся: 5-6 лет

Разработчик: Захарова О.А.  
Педагог дополнительного образования

### **3. Рабочая программа**

**Цель программы:** Обучение детей основным элементам игры в баскетбол, футбол и пионербол.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- дать детям представление об игре в баскетбол, футбол, пионербол.
- ознакомление с правилами игр в баскетбол, футбол и пионербол.
- обучение основным движениям и правильной технике

**Воспитательные:**

- воспитание положительных морально - волевых качеств,
- умение подчинять свои личные интересы интересам команды.

**Развивающие:**

- развитие физических качеств: скорости, координации, выносливости, силы;
- формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- развитие глазомера – точное попадание в цель;
- формирование навыков и стереотипов здорового образа жизни;

#### **3.1.Возрастные особенности детей 5-6 лет**

На шестом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении заданий. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат.

Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовывать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.

В процессе обучения используются объяснение, показ новых сложных упражнений и отдельных элементов.

В целях повышения двигательной активности необходимо использовать разные способы организации. Вводную часть занятия включаются задания на внимание, строевые и общеразвивающие упражнения.

На шестом году жизни дети должны уметь самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо, в две шеренги, в несколько кругов; делать повороты направо, налево, кругом; равняться; производить размыкание и смыкание; производить расчёт на первый – второй.

На одном занятии дети выполняют восемь – десять общеразвивающих упражнений из разных исходных положений, повторяя их шесть – восемь раз преимущественно в среднем и быстром темпе, в зависимости от степени их новизны и трудности.

В целях поддержания у детей интереса к общеразвивающим упражнениям следует изменять исходные положения, темп и амплитуду движений. Большое значение имеет так же оценка качества выполнения упражнений.

Постепенное усложнение достигается систематическим включением в занятия:

- упражнений на месте,

- затем в движении,
- с дополнительными заданиями,
- в сочетании разных действий с мячом и без мяча;
- в играх – усложняя действия с мячом и взаимодействия игроков между собой.

В процессе занятий в группе необходимо научить детей определенной технике передачи, ловли, ведения мяча руками и ногами, бросков мяча.

### **I. Подготовительная работа.**

Дети должны освоить элементы игры в баскетбол, футбол, пионербол, которые выполняются без мяча или с мячом в руках без передачи его партнеру (стойка, остановки, повороты, прыжки, обманные движения)

Действия с мячом: ловля, передача, ведение и забрасывание (в корзину, в ворота)

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:

Учить детей ловить мяч руками, следить за его полетом.

Мяч в руках долго не задерживать, действовать быстро (передавать его партнеру, бросать, вести и т.д.).

Учить передаче мяча сначала двумя руками, а потом правой и левой рукой (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).

Ведение мяча ногами :закреплять технику удара по мячу в стенку, в ворота, партнеру

закреплять технику ведения мяча

закреплять вратарскую технику

учить отбирать мяч

развивать общую выносливость

учить финту (уход с мячом в сторону от соперника)

### **III. Подводящие упражнения.**

Ведение мяча, передвигаясь шагами, обводя конусы.

Ведение мяча, передвигаясь бегом по прямой линии.

Ведение мяча, передвигаясь со сменой направления.

Ведение мяча при противодействии другого игрока.

Ведение мяча правой и левой ногами по прямой.  
Ведение мяча правой и левой ногами обводя препятствия.  
Ведение мяча с ударом по воротам.

### **3.2. Содержание программы :**

Календарно-тематическое планирование школа мяча.

#### **I квартал Баскетбол (октябрь, ноябрь декабрь)**

Упражнения и игры с передачей мяча.

Первоначальное обучение:

Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.

Передача мяча двумя руками от груди, стоя на месте парами.

Передача мяча двумя руками от груди при движении парами.

Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его.

*Игры «10 передач», «Мяч водящему»*

Углубленное разучивание:

передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево)

Передача мяча в тройках, пятерках.

передача мяча в колоннах с переходом в конец своей колонны, а затем противоположной колонны.

*Игры «Успей поймать», «Гонка мячей по кругу».*

Совершенствование:

Передача мяча парами при противодействии защитника.

*Игры «Поймай мяч», Займи свободный кружок»*

#### **II квартал Футбол( январь, февраль, март)**

Упражнения и игры с ведением мяча.

Первоначальное обучение:

1.Ведение мяча на месте.

2.Ведение мяча вокруг себя

3. Ведение мяча, продвигаясь вперед шагом.

*Игры: «Мотоциклисты», «Скажи, какой цвет».*

Углубленное разучивание:

1. Ведение мяча с изменением

-направления движения

-скорости передвижения

2. Ведение мяча правой (левой) ногой и остановка после него.

3. Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча.

Совершенствование:

*Игры: «Вызовы по номерам», «ведение мяча парами», «Ловец с мячом», «Эстафета с ведением мяча».*

#### **III квартал Пионербол( апрель, май)**

Упражнения и игры с бросками мяча через сетку.

Первоначальное обучение:

Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом.

Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через

веревку или сетку.

Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места.

*Игры «пять бросков», «Чья команда больше».*

Углубленное разучивание:

Бросок мяча в корзину после отскока мяча (с фиксацией остановки).

Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.

Совершенствование:

*Игры «бросание мяча в парах», «Метко» в корзину»*

Сочетание действий:

- ловли – бросков мяча,
- передача и броски мяча друг другу,
- ловли – передачи мяча,
- подача - мяча через сетку.

*Игры «Мяч ловцу», «Мяч капитану»*

**Примерный план занятий:**

**Октябрь**

**Занятие 1.**

Задачи. Профилактика травматизма. Формировать умение действовать с мячом, реагировать на сигнал.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, кегли.

Содержание и методика проведения.

I часть. Разминка. *Игра «Играй, играй, мяч не теряй»*

Напомнить детям, как правильно держать мяч, как стоять. Учить принимать правильную стойку баскетболиста. Игра повторяется только после свистка.

Ошибки исправляются индивидуально.

II часть. Перебрасывать мячи можно любым способом. Показ детям отвлекающих действий при передаче – прием ложной передачи.

III часть. Игра «Сбей кеглю». Учить сбивать кеглю любым способом. Учить детей искать рациональные способы бросания мяча.

**Занятие 2.**

Задачи. Профилактика травматизма – беседа. Учить детей вести мяч, продвигаясь вперед.

Совершенствовать

навыки ловли – передачи мяча. Упражнять в умении быстро реагировать на сигналы.

Пособия. Резиновые мячи и обручи по количеству детей, свисток, 2-3 флажка разного цвета.

Содержание и методика проведения.

I часть. Разминка.

1) Ведение мяча на месте, не глядя на него. Дети выполняют задания, построившись полукругом. Воспитатель показывает флажки разного цвета, дети должны, не останавливаясь, посмотреть и сказать, какого цвета флажок показывает воспитатель (3-4 раза повторить правой и левой рукой) 2-3 мин.

2) Ведение мяча правой и левой рукой, продвигаясь произвольно по площадке. Детям разрешается смотреть на мяч. Напомнить, что вести мяч надо впереди - сбоку, толкая вниз, не наклоняясь слишком вперед 2-3 мин.

II часть. ( Подвижная игра «Займи свободный кружок». Учить детей играть в бодром темпе, передавать мяч разными способами: двумя руками от груди на близкое расстояние, одной рукой от плеча – бросая дальше.

III часть. Игра «Съедобный - несъедобный». Дети стоят полукругом, воспитатель бросает мяч вразнобой. Дети должны поймать мяч и назвать овощ или фрукт.

### **Занятие 3.**

Задачи. Поговорить о разновидности мячей .Учить детей вести мяч, продвигаясь вперед, развивать ловкость и координацию движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения.

Пособия. Мячи по количеству детей, зеленый и красный флажки, свисток.

Содержание и методика проведения.

I часть. Разминка.

1) Ведение мяча на месте правой и левой рукой, меняя высоту его отскока (1-2мин)

2) Ведение мяча правой и левой рукой, свободно передвигаясь по площадке (1,5 – 2 мин). Следить, чтобы дети не слишком наклонялись к мячу, не били расслабленной ладонью по нему.

II часть.

1) подвижная игра «Мотоциклисты» роль ведущего выполняет ребенок.

Движение по улице проходит в одном направлении. После 2-3 мин игры дети ведут мяч другой рукой. (2-3мин)

2) *Игра «Поймай мяч»* Следить, чтобы дети принимали правильную стойку.

Применяли различные способы действия с мячом.(6-8мин)

III часть. Малоподвижная *игра «Будь внимателен»*

### **Занятие 4.**

Задачи. Сделать диагностику. Закреплять умение детей вести мяч по прямой, упражнять в ловле –

передаче мяча. Способствовать развитию координации движений, ловкости.

Пособия. Мячи по количеству детей, красный и зеленый флажки, свисток.

Содержание и методика проведения.

I часть. *Игра «Играй, играй, мяч не теряй»* во время игры

выполнение разнообразных движений с мячом. После свистка – принять правильную стойку баскетболиста. Исправлять ошибки.

II часть.

1) Ведение мяча правой, левой рукой, продвигаясь бегом после свистка – смена руки.

2) Ведение мяча попеременно правой и левой рукой (2-3 шага одной рукой, 2-3 шага другой рукой). Следить за правильной осанкой, не слишком наклоняться вперед.

3) Подвижная игра «Мотоциклисты» (7-8 мин) ведение мяча в одну сторону правой рукой, в противоположную – левой. Учить видеть площадку.

III часть.

Игра «Мяч водящему». Соревнования проводятся на точность действия с

мячом (3-4 раза)

## **Ноябрь**

### **Занятие 5-6 .**

Задачи. Провести беседу об игре в Баскетбол. Формировать ловкость действия с мячом, выполнять ведение мяча.

мяча в беге. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, 1 корзина.

Содержание и методика проведения

I часть.

- 1) Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой.
- 2) Ведение мяча по кругу друг за другом правой и левой рукой, свободно продвигаясь по площадке.

II часть.

Подвижная игра «Займи свободный круг». Повторение техники передачи мяча различными способами. Разучивание отвлекающих действий с мячом, поощрение детей, если они применяют такие действия в упражнениях.

III часть. (10мин) Броски мяча в корзину с места. Организуются 2 команды. Дети становятся друг за другом в колонну против корзины на расстоянии 1,5 – 2м. Они по очереди бросают мяч в корзину, ловят, а сами становятся в конец колонны. Разучивание с детьми техники броска мяча двумя руками от груди. Не опускать голову при броске, смотреть в передний край кольца.

### **Занятие 7-8 .**

Задачи. Учить детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения. Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, 12 кеглей, красный и зеленый флажки.

Содержание и методика проведения.

I часть

- 1) Удары мячом о пол с перенесением поднятой ноги через отскочивший мяч. Упражнение выполняется одной и другой ногой. Мяч бросать о пол не сильно, чтобы он не отскакивал высоко (8-10 раз).
- 2) Подбрасывание мяча вверх с поворотом кругом и ловля его после того, как он ударится о пол (6-8 раз).

II часть.

1) ведение и передача мяча друг другу. Дети стоят в колоннах, напротив друг друга, на расстоянии 2-3м. Один ребенок ведет мяч 2-3 шага вперед, передает мяч партнеру, тот выполняет 2-3 шага и передает мяч назад. Задание все дети выполняют сначала поочередно, потом все одновременно.

2) Подвижная игра «Мяч ловцу». Показать детям стойку защитника.

Поощрять игроков на поле применять разные действия с мячом: ведение.

Передачу мяча, ложные действия. В игре участвует и воспитатель.

III часть (5-6 мин). Свободная игра с мячом на площадке. Индивидуальная

работа с детьми. Обработка различных техник владения мячом.

## **Декабрь**

### **Занятие 9-10 .**

Задачи. Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, учить детей применять разные сочетания действий с мячом в игре. Воспитывать смелость и решительность.

Пособия. 5-6 мячей, свисток.

Содержание и методика проведения.

I часть.

- 1) Ведение мяча с изменением направления движения. На площадке выставляются кегли. Дети свободно передвигаются по площадке, обводя кегли то правой, то левой рукой.
- 2) Игра «Скажи, какой цвет». Все дети с мячами свободно водят мяч по площадке. У водящего 3 флажка разного цвета. Водящий двигается по всему залу, около кого он останавливается, поднимает флажок, ребенок должен назвать цвет флажка, не останавливая движения и не прекращая вести мяч. (водящий должен остановиться у каждого ребенка).

II часть (10-12 мин).

Подвижная игра «Займи свободный кружок». Игра проводится с двумя мячами.

III часть.

Катание мяча в цель. Дети делятся на 4 команды, против каждой из них на расстоянии 3-4 м выставляется 5 кеглей. Дети по очереди катают мяч, стараясь сбить им кегли. Выигрывает команда, быстрее всех сбившая все кегли.

### **Занятие 11-12.**

Задачи. Учить детей передавать мяч в движении, упражнять в ведении мяча; способствовать воспитанию выдержки, смелости, развитию глазомера.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, сетка.

Содержание и методика проведения.

I часть .

- 1) Бросание мяча через сетку одной рукой от плеча. Выполняют задания одновременно 5-8 детей по 3-4 раза, соревнуясь, кто дальше бросит мяч. Бросать только по указанию педагога.
- 2) Передача мяча друг другу с передвижением по площадке парами. Можно указать ориентир (линию, шнур), от которого дети начинают передавать мячи и заканчивают. Обрато возвращаются свободно. Повторить 4-5 раз.

II часть.

Подвижная игра «Ведение мяча парами». Вначале роль водящего выполняет ребенок, лучше других владеющий мячом.

III часть (5-6 мин). Передача и ловля мяча. Дети стоят полукругом, воспитатель, называет имя ребенка, быстро бросает ему мяч(2-3 раза, не по очереди). Ребенок должен также быстро бросить мяч воспитателю.

## **Январь**

### **Занятие 13-14.**( Футбол)

Задачи. Учить детей сочетать передачу и ведение мяча, способствовать развитию координации движений. Воспитывать умение помогать друг другу.

Пособия. Мячи по количеству детей.

Содержание и методика проведения.

I часть

1) Ведение мяча правой и левой ногами, обводя конусы.

Упражнение выполняется для правой и левой ноги поочередно.

2) Подбрасывание мяча вверх с поворотом кругом и ловить его после отскока о землю (6-8 раз).

II часть.

1) Ведение и передача мяча друг другу. Дети стоят парами на расстоянии 2-3 м друг от друга. Один ребенок ведет мяч 2-3 шага вперед, передает мяч партнеру, тот выполняет то же самое. Задание все дети выполняют одновременно.

2) Подвижная игра «Мяч ловцу». Показать детям стойку защитника.

Поощрять детей на поле, которые применяют разные действия с мячом: ведение, передачу мяча, ложные действия.

III часть (4-5 мин). Свободная игра с мячом на площадке. Индивидуальная работа с детьми по отработке техники владения мячом, которые не усвоили учебный материал.

### **Занятие 15-16.**

Задачи. Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и пас мяча

Партнеру, учить детей применять разные сочетания действий с мячом.

Воспитывать смелость и решительность.

Пособия. 5-6 мячей, свисток.

Содержание и методика проведения.

I часть.

Игра «За мячом» Передавать мяч в бодром темпе, сопровождать его взглядом и руками. Выполнять пас мяча только партнеру.

II часть.

Подвижная игра «Мяч ловцу». Напомнить действия защитника и игроков в поле, показать в игре действия игроков, которые должны перехватить мяч у другого ребенка, не дать передать пас. Роли игроков меняются.

III часть.

Эстафета - мяч в ворота. Дети делятся на несколько команд, по числу корзин на площадке. По сигналу первые ведут мячик.

воротам обводя конусы, останавливаются и выполняют удар по воротам.

передают следующему игроку по команде. Выигрывает команда, сделавшая больше попаданий.

## **Февраль**

### **Занятие. 17-18.**

Задачи. Закреплять навыки передачи, ловли и ведения мяча правой и левой ногами. Способствовать развитию координации движений и ловкости, учить дружно играть. Быстро реагировать на зрительные сигналы.

Пособия. Мячи, свисток, ворота.

Содержание и методика проведения.

I часть.

Игра «Успей поймать». Дети передают мяч удобным способом, применяют ложные действия. Отработка ведения мяча на месте, поворачиваясь вокруг себя или двигаясь по маленькому кругу, выбирают момент для передачи мяча (можно дать сигнал свистком). Следить за техникой, за расстоянием для передачи мяча. Отрабатывать быстрый прием мяча.

II часть.

Игра «Ловишки с мячом». Перед началом ловли, ловец поднимает мяч вверх, чтобы все знали, кто водящий. Учитель видит и слышит сигнал, предавать мяч.

III часть.

Прокатывание мяча через ворота. Дети делятся на 3 команды. Против каждой команды на расстоянии 2-3м выстраиваются ворота. Дети по очереди катают мячи в ворота, стараясь попасть в них. Выигрывает команда, которая точнее выполнила задание.

### **Занятие 19-20.**

Задачи. Совершенствовать передачу и ловлю мяча, учить бросать мяч в корзину. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, 5-6 кеглей.

Содержание и методика проведения

I часть.

1) Дети стоят в парах на против друг друга, выполняют пас стараясь попасть в воротики. 3-4 раза.

2) Перебрасывание мяча в разных направлениях. Дети образуют несколько кругов. Они перебрасывают мяч друг другу разными способами, а водящий в кругу старается поймать мяч. От кого мяч попал к ведущему, становится в центр круга и игра повторяется.

II часть.

Ведение мяча правой и левой ногой и удар в цель. Дети стоят в 2 колонны, ведут мяч 10-12м, бросают двумя руками от груди, подбирают мяч, обратно ведут мяч правой и левой ногами и отдают мяч следующему. Следить за правильным исходным положением для броска, сопровождать мяч руками во время броска, следить за полетом мяча.

III часть.

Игра «Сбей кеглю». Играющие становятся наибольшими группами в шеренгу за линией, в 3-5м от которой находятся кегли по количеству детей. Каждый играющий имеет право катать два мяча. Тот, кто не попал в кеглю первым мячом, прокатывает второй. Затем играющие бегут за мячами, поднимают сбитые кегли, возвращаются, передают мячи следующим детям.

## **Март**

### **Занятие 21 -22 .**

Задачи. Совершенствовать навыки ведения и ловли мяча. Учить защитным действиям, развивать внимание и ориентировку в пространстве.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, ворота.

Содержание и методика проведения.

I часть.

1) Ведение мяча с резкой остановкой – (правой и левой ногами).

После остановки мяч обвести вокруг конуса и продолжить ведение мяча.

2) Удары мячом о землю и ловля его одной ногой. Повторить 8-10 раз.

II часть).

1) Эстафета с ведением мяча.

2) Ведение мяча и защитные действия. Дети распределяются попарно, один с мячом – нападающий, другой без мяча – защитник. Нападающий ведет мяч к воротам, стараясь забить гол, а защитник противодействует этому.

III часть.

Упражнения с мячом по кругу. Дети стоят в кругу, один – в центре круга. Он бросает мяч всем по очереди в быстром темпе, приговаривая: «лови, бросай, упасть не давай!», сопровождая каждое слово броском мяча. Затем водящий меняется.

### **Занятие 23-24.**

Задачи. Учить детей умению координировать действия с мячом между собой, размещаться по всей площадке, выйти на свободное место для получения мяча.

Пособия. Мячи по количеству детей.

Содержание и методика проведения.

I часть.

1) Дети строятся в две шеренги лицом друг к другу на расстоянии 2м. Игроки одной шеренги с мячами. Обе шеренги двигаются до ориентира приставным шагом в сторону, передавая мяч стоящему напротив партнеру. Когда пара детей доходит до ориентира, она становится в конце шеренги. Задание выполняется в правую и левую сторону.

2) Задание тоже, но включают ведение мяча, сначала ребенок ведет мяч 2-3 шага вперед, затем перекатывает его стоящему напротив партнеру. Тот повторяет то же самое. Можно указать ориентир, от которого дети начинают упражнение и заканчивают, или подать сигнал свистком. Упражнение повторяется 3-4 раза.

II часть.

Игра «Мяч капитану». В игре мяч можно вести, передавать товарищу по игре. Не разрешается делать более 3 шагов с мячом. Учить детей размещаться по всей площадке, не толкаться, учить выходить на свободное место для получения мяча.

III часть.

Малоподвижная игра «Гонка мячей по кругу». Играющие образуют широкий круг. Двое детей, стоящих напротив в кругу, имеют мячи разного цвета.

После сигнала воспитателя они передают мяч по кругу в одном направлении как можно быстрее, чтобы один мяч догнал второй. Игра повторяется 2-3 раза.

### **Апрель**

#### **Занятие 25-26.**(пионербол )

Задачи. Упражнять детей в разных действиях с мячом, формировать умения применять их в разных ситуациях, познакомить детей с игрой в пионербол. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток.

Содержание и методика проведения.

I часть .

- 1) Ведение мяча на месте, попеременно правой и левой рукой.
- 2) Ведение мяча шагом, затем бегом, свободно передвигаясь по площадке.
- 3) Броски мяча в цель с места двумя руками от груди. Бросать мяч с разных точек и разного расстояния.

II часть

- 1)Выполнять броски мяча друг другу различными способами.

III часть.

Игра «Гонка мяча по кругу».

#### **Занятие 27-28.**

Задачи. Приучать детей и творчески применять действия с мячом, выбирать более соответствующие способы их выполнения.

Пособия. Мячи большие (d – 18-20см) и маленькие (d – 6-8см)

Содержание и методика проведения.

I часть (3-5 мин).

- 1) Эстафета попади в цель. Дети делятся на 3-4 команды и за линией старта выстраиваются в колонну. У первых игроков каждой команды в руках по мячу. Напротив каждой команды ставятся кегли. Дети по очереди выполняют прокатывание мяча в цель .

II часть . Броски мяча через сетку в парах.

III часть.

Игра «Попади в мяч». Играющие образуют широкий круг. В середине на табуретке лежит большой волейбольный мяч, у каждого из игроков по маленькому мячу. По указанию воспитателя ребенок выполняет бросок, стараясь сбить волейбольный мяч. Попавший в мяч ребёнок имеет право на повторный бросок.

### **Май**

#### **Занятие 29-30.**

Задачи. Формировать навыки точного выполнения броска и ловли мяча. Приучать детей помогать друг другу.

Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, флажок.

Содержание и методика проведения.

I часть .

- 1) Дети делятся по парам, один ребенок в паре имеет мяч. Дети выполняют броски мяча друг другу различными способами.

II часть.

Дети делятся на две команды . Игра пионербол.

III часть.

Малоподвижная игра « Картошка».

### **Занятие 31-32.**

Задачи. Формировать навыки самостоятельно и коллективно играть с мячом, видеть площадку, помогать друг другу в достижении общей цели игры.

Пособия. Мячи, свисток.

Содержание и методика проведения.

I часть.

1) Перебрасывание мяча друг другу на расстоянии до 3-4 м

2) Игра «Поймай мяч»

II часть (12-15 мин).

Игра в пионербол. Дети делятся на команды по 5 человек. Необходимо стремиться, чтобы игра понравилась, строго следить за самочувствием детей, не давать играть дольше 5 мин без отдыха. Можно заменять детей во время игры. Учить правилам игры и требовать придерживаться их. Следует поручать им выполнять роль судьи, самостоятельно организовывать команды и проводить игру.

III часть (2-3 мин).

Малоподвижная игра «Мяч передай соседу». Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Водящий за кругом. Играющие передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу. Задача водящего – дотронуться до мяча. Если водящий дотронется до мяча, то игрок, у которого был мяч, становится водящим.

### **Методическое обеспечение программы.**

*Методические рекомендации по структуре занятий:*

*Вводная часть:* различные виды ходьбы и бега, подскоков, прыжков, корригирующие упражнения.

*Основная часть:* ОРУ, упражнения с мячом, элементы спортивных игр, п/и, эстафеты с мячом.

*Заключительная часть:* м/п игра, ходьба, релаксация.

(Занятия проводятся в спортивном зале)

При разучивании новых упражнений используем рассказ и показ, от простого к сложному, от отдельных элементов к целостному выполнению.

*Методика обучения.*

Успешное выполнение игровых действий с мячом связано с овладением детьми наиболее целесообразными приемами перемещения по площадке. В старшей группе детей учат принимать основную стойку баскетболиста: ноги умеренно согнуты в коленях, расставлены на ширину плеч, одна из них выставлена на полшага вперед; тяжесть тела распределяется на обе ноги равномерно; руки согнуты в локтях, прилегают к туловищу.

Передвижение по площадке осуществляется преимущественно бегом, который сочетается с ходьбой, остановками, поворотами и прыжками.

Упражнения в перемещении по площадке совмещаются с действиями с

мячом. Следует помнить, что, удерживая мяч двумя руками, ребенок должен охватывать его широко расставленными пальцами не совсем сбоку, а несколько сзади. Мяч лучше держать так, чтобы он не закрывал лицо играющего и не ограничивал видимости. При ловле мяча его встречают руками, захватывают пальцами и, сгибая руки, мягко подтягивают к себе, не прижимая к груди. Кисти рук при этом должны быть расслаблены, а ноги надо эластично сгибать. Передача мяча и его ловля выполняются сначала с места, потом в движении, одновременно двумя (от груди) и одной рукой (от плеча). Эти упражнения усложняют последовательно. От индивидуальных действий с мячом детей переходят к упражнениям парами, тройками и группками. В подготовительной группе дети осваивают правильную технику передачи мяча: в правильной стойке, держа мяч на уровне груди двумя руками, ребенок совершает небольшое дугообразное движение к туловищу по направлению вниз - на грудь, а затем, разгибая одновременно руки и ноги и действуя всем корпусом, он посылает мяч активным движением кистей вперед.

Броскам мяча в корзину детей обучают одновременно с обучением передаче мяча, так как эти движения сходны по структуре. Однако в броске мяча, в отличие от передачи, ребенок описывает мячом, который он удерживает в исходном положении у груди, небольшую дугу вниз на себя, а затем бросает его, выпрямляя руки вверх, но не вперед. Одновременно разгибаются ноги, туловище устремляется вверх - вперед, происходит приподнимание на носки, руки сопровождают полет мяча, отталкивают его кистями, направляя в корзину. Прицеливаясь, следует смотреть в ту точку, в которую хочешь попасть мячом, поднимая при этом голову. Детей упражняют в бросании мяча в цель через веревку, сетку, высота которых постепенно увеличивается. В старшей группе педагог не добивается от воспитанников целиком правильных движений. Он старается всесторонне подготовить их к усвоению необходимых для игры приемов, формируя навыки самых разнообразных действий с мячом.

Упражнения в передаче и ловле мяча дополняются заданиями, выполняемыми при передвижении парами. Когда дети хорошо овладевают способами ловли и передачи мяча, эти действия начинают применять в сочетании с остановками, поворотами, ведением и бросанием мяча в корзину. В этой возрастной группе значительно расширяется круг упражнений для разучивания приемов ведения мяча. Вырабатываются непринужденность и ритмичность действий. Следует стремиться к тому, чтобы на 2 шага приходился 1 удар мяча о площадку. Совершенствуются навыки отталкивания мяча пальцами и мягким движением кисти, ведение правой и левой рукой. Детей обучают приемам ведения мяча с изменением направления и скорости передвижения, высоты отскока.

Дети осваивают такие важные для игры элементы, как остановка после ведения мяча с удержанием его в руках и с передачей партнеру. Вначале остановки совершают после ходьбы шагом, затем после медленного бега. Только тогда переходят к разучиванию техники остановок после

быстрого бега. А также внезапных - по звуковым и зрительным сигналам. Детей учат останавливаться следующим образом: после энергичного отталкивания одной ногой ребенок делает удлиненный, стопорящий шаг, несколько отклоняется назад (в сторону) на опорную ногу и делает второй шаг. Ноги плавно сгибаются, тяжесть тела распределяется на обе ноги. Умение останавливаться используется при разучивании броска мяча в корзину после предварительной остановки. Такой бросок часто выполняется одной рукой от плеча. Для выполнения броска рекомендуется выставлять одну ногу на полшага вперед (мяч в это время находится на ладони согнутой в локте руки и придерживается другой рукой), а затем, разгибая ноги и одновременно выпрямляя руку с мячом вверх - вперед, мягким толчком кисти направлять мяч в корзину.

*Методика обучения катанию, бросанию и ловле, метанию.*

Катание — полезное упражнение, помогающее овладеть мячом, тренирующее мышцы пальцев и кисти, приучающее правильно оценивать направление движения мяча и необходимые при этом мышечные усилия. Для успешного прокатывания следует направлять мяч вперед, стараясь, чтобы он не уклонялся в сторону, толчок должен быть сильным и уверенным. В старшей и подготовительной к школе группах дети катают утяжеленный набивной мяч весом до 1 кг. Толчок должен выполняться пальцами выпрямленных рук, как бы сопровождая ими движение мяча.

Бросание и ловля — более сложные движения, требующие глазомера. При ловле мяча важно правильно оценить направление его полета, а при броске сочетать необходимое направление с силой броска. Полезно подбрасывание мяча вверх. Оно связано с активным выпрямлением, как бы потягиванием за брошенный предмет, и это упражнение, помимо укрепления мышц плечевого пояса, содействует хорошей осанке. При овладении действиями с мячом большое место занимают индивидуальные упражнения, самостоятельные попытки детей играть с мячом: бросать его в любом направлении, использовать усвоенный способ броска - снизу, сбоку, от плеча. Бросок о землю должен выполняться вертикально вниз с соблюдением точности направления и определенной силы толчка. При слабом ударе приходится наклоняться вниз, чтобы поймать мяч, а при излишне сильном ударе мяч высоко взлетает и его трудно поймать. Успех в данном упражнении во многом зависит от состояния поверхности, поэтому бросание мяча вниз воспитатель организует на асфальтовой дорожке, плотной, ровной площадке.

Мяч, брошенный вверх или отскочивший от земли, ловят двумя руками одновременным хватом с двух сторон или снизу, подставляя ладони под взлетевший мяч. Пальцы слегка согнуты, образуя как бы чашу.

Мяч, брошенный сверстником, надо ловить, не прижимая к груди, стараясь встречать при ловле пальцами, руки выпрямлять по направлению к летящему мячу, а поймав, согнуть их и подтянуть мяч к груди. Старшие дети ловко и непринужденно бросают и ловят мяч. Поэтому они могут находиться в разных положениях - сидя, стоя, парами, по кругу, передвигаясь. Удастся

старшим и сочетание разных движений с игрой в мяч, например, подбрасывать и ловить мяч, приседая, подпрыгивая, чередовать бросание и ловлю с бегом.

Инструктор должен научить старших дошкольников ведению мяча. К разучиванию этого движения надо приступать после того, как дети овладеют навыком отталкивать мяч, стоя на месте мягкими, плавными движениями кисти. При ведении мяча ребенок продвигается вперед шагом, а затем и бегом, немного наклонившись по ходу движения. Мяч отбивают так, чтобы он отскакивал на уровне или несколько выше пояса.

Метание в цель (горизонтальную и вертикальную) выполняется мячами резиновыми или теннисными, мешочками с песком, шишками, снежками. Горизонтальной целью может служить ящик, пенек, корзина, вертикальной - щит с нарисованным кругом, обруч, большой мяч, дерево и т.п. в зависимости от характера цели, веса и величины метаемого снаряда выбирается способ метания. Большой мяч в корзину или лежащий на земле обруч бросают двумя руками снизу, маленький мяч или шишку — одной рукой. В вертикально расположенную цель чаще бросают небольшой снаряд одной рукой. В метании надо обращать внимание на чередование бросков правой или левой рукой - это важно для гармоничного развития обеих рук, для профилактики появления нарушения осанки.

Метание вдаль не требует такой точности, глазомера, как метание в цель. Движения детей здесь более свободные, размашистые, энергичные. Часто, бросок, хотя и резкий, направляется вниз, и предмет падает близко от ребенка (в пределах 0,5дм), детей надо обучить правильному метанию вперед-вверх. По такой траектории мяч улетит далеко. Без зрительного ориентира дети с трудом понимают, как это выполнить. Поэтому инструктор предлагает перебросить мяч через куст, ветку дерева или подвешивает веревку несколько выше поднятой руки ребенка. Дети располагаются на расстоянии 2 - 3 м. сам инструктор должен правильно показать детям движение с соблюдением всех основных требований техники или для показа подготовить ребенка, умеющего хорошо метать. Метание вдаль выполняется разными способами: от плеча, из-за спины через плечо с предварительным замахом, снизу, сверху, сбоку.

Вдаль метают мячи, мешочки с песком, шишки, снежки. Вырезанные из картона круги метают способом сбоку, напоминающим метание диска. Мячи должны быть разнообразными: маленькие резиновые или теннисные диаметром 5-6 см. Для некоторых упражнений и игр используются надувные мячи, старшим детям необходимы волейбольные и набивные мячи весом до 1 кг. Мячи должны хорошо отскакивать.

*Методика обучения ведению мяча.*

На начальном этапе обучения детям более доступно ведение мяча с высоким отскоком, потому что оно не требует низкой стойки. Затем появляется возможность научить ребенка передвигаться на полусогнутых ногах. И, наконец, он легко усваивает ведение мяча с обычным отскоком по прямой, с изменением направлений.

Вначале надо вести мяч на небольшой скорости в прямом направлении. Следует учить отбивать мяч правой и левой рукой, стоя на месте и продвигаясь вперед, поворачиваясь вокруг, не выпуская мяч из круга, обводя предметы.

При ведении мяча дети приучаются передвигаться на слегка согнутых ногах, наклоняясь несколько вперед. Рука, ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч вверху и от себя. Толчки мяча игрок выполняет несколько сбоку от себя, равномерно. Основные ошибки: дети бьют по мячу расслабленной ладонью; многие пытаются вести мяч прямо перед собой, что мешает передвижению вперед.

*Правила ведения мяча:*

1. Не бить по мячу, а толкать его вниз.
2. Вести мяч спереди — сбоку, а не прямо перед собой.
3. Смотреть вперед, а не вниз на мяч.

При обучении ведению мяча целесообразно вначале использовать подготовительные упражнения: отбивание мяча обеими руками, отбивание правой и левой рукой на месте, ведение на месте попеременно правой и левой рукой. После того как ребенок научится контролировать мяч обеими руками достаточно уверенно, можно перейти к ведению в движении сначала шагом, потом бегом.

*Упражнения:*

1. Ведение мяча на месте, активно толкая его вниз правой, затем левой рукой.
2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой.
3. Группа располагается по 6 человек, и подгруппы размещаются по всей длине площадки. Первый игрок ведет мяч ко второму, передав мяч, сам остается на его месте; второй ведет мяч к третьему и выполняет то же самое. Последний - возвращается на место первого.
4. Дети строятся в колонны по 4 - 6 человек. Напротив каждой колонны выставляются кегли на расстоянии 1 - 2 м. друг от друга. После сигнала воспитателя дети ведут мяч, обходя первую кеглю справа, вторую слева. Обратно ведут мячи по прямой, передают следующему и становятся в конец колонны.

Для овладения ведением мяча „выполняем упражнения на месте - прокатывая мяч от носка к пятке и обратно, затем круговые вращения почасовой стрелке и против часовой, перекачивание мяча внутренней стороной стопы правой и левой ногами.

Ведение мяча в различных направлениях обводка препятствий, удар по воротам . Ведение мяча с остановкой , ведение мяча в парах с передачей мяча партнеру ( пас).

### **3.3. Планируемые результаты:**

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. Игры с мячом – командные, совместные действия игроков в ней обусловлены единой целью. Они сложны эмоциональны, включают в себя быстрый бег, прыжки, метания, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнеров по игре.

**Предметные:**

- Умение выполнять ведение мяча, выполнять броски мяча в баскетбольное кольцо.
- Умение выполнять бросок мяча через сетку используя правила игры в пионербол
- Умение ловить мяч двумя руками;
- Знание правила игры в баскетбол, футбол, пионербол.
- Выполнять ведение мяча и удар мячом по воротам.

**Личностные:**

- Самостоятельность, дисциплинированность, уверенность в себе;
- Проявление интереса к спортивным играм.
- Умение взаимодействовать со сверстниками, взрослыми.
- Умение слушать и слышать других, слаженно работают в команде.
- Договариваться и приходить к общему решению совместной деятельности.

**Метапредметные:**

- Развитие внимания, памяти, наблюдательности;
- Умение точно выполнять инструкцию, правила.

**3.4. Оценочные и методические материалы**

**Способы проверки знаний, умений и навыков детей.**

	ТЕСТ. Условия выполнения.	Высокий 3балла	Средний 2балла	Низкий 1балл
1.	Передача мяча двумя руками в парах, стоя на месте. Расстояние 2, 5-3м 8-10 раз 3-7 раз 0-2 раза	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза
2.	2 Передача мяча двумя	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза

	руками в парах с отскоком о землю 3-4м			
3.	Передача мяча двумя руками в парах, передвигаясь вперёд боковым галопом 10м (не уронить мяч)	8-10 м	5-7м	1-2м
4.	Ведение мяча на месте двумя руками 10с	Более 10 раз	5-7 раз	1-2 раза
5.	Ведение мяча правой и левой ногами обводя кегли. Время 30 сек.	30 сек.	40-50 сек.	1 мин.
6.	Ведение мяча правой и левой ногами, шагом продвигаясь вперёд, с ударом мяча по воротам.	30 сек.	40-50 сек.	1-2мин.
7.	Бросок мяча в корзину, поставленную на пол, способом снизу, расстояние до корзины 2м 8-10 раз 8-10 раз 0-2раза	8-10 раз	8-10 раз	0-2раза
8.	Бросок мяча в кольцо, стоя на месте, двумя руками от груди. 5 бросков, расстояние до кольца 2,5-3м	4-5раз	2-3 раза	0-1раз
9.	Бросок мяча в кольцо после ведения с фиксации остановки. 3 броска, ведение – 5м	3раза	1-2раза	0-1 раз
	<b>Сумма баллов:</b>			

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.

#### 4. Список литературы:

- Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М., 1983.
- Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М.,1992.
- Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. М., 1981.
- Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!»: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. М., 2004.
- Волошина Л.М., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта. М., 2004.
- Дайлидене И.Ю. Поиграем, малыш! М.. 1992.
- Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века / автор-составитель Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова, Т.Ф. Саулина. М., 2000.
- Змановский Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми. М.,1989.
- Маврудиева Н. Подвижные игры как средство развития двигательных качеств и оформления специфических умений в обучении мини баскетболу.Син., 2002.
- Ноткина Н.А. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. – СПб.,1993.
- Николаева Н.И. Школа мяча ,Каро,2018 г.
- Программа «Физическая культура» (начальная школа), под ред. А.М. Матвеева, совместно М.В. Малыхиной М.,1999.
- Сивачева Л.Н. Спортивные игры с нестандартным оборудованием. СПб.,2001
- Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. М.,2001.
- Чарльз.Т , Рук Н. Футбол для детей. 2018г.