

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №1 города Белогорск»

Рассмотрено  
на заседании педагогического совета  
Протокол № 6  
«02» 02 2024 г.

Утверждено  
Заведующий МАДОУ ДС №1  
Зорина Е.В.

Приказ № 88  
«02» 02 2024 г.



**Дополнительная образовательная общеразвивающая программа  
«Школа мяча» (краткосрочная)**

Направленность: физкультурно-спортивная  
Срок реализации программы: 2 месяца  
Возрастная категория: 5 - 7 лет  
Форма обучения: очная  
Уровень: ознакомительный

Автор: инструктор по физической культуре  
Временко Людмила Николаевна

г. Белогорск, 2024 г.

## Оглавление

1.	<b>Комплекс основных характеристик программы</b>	.....	3
1.1	Пояснительная записка	.....	3
1.2	Цели и задачи	.....	7
1.3	Содержание	.....	8
1.4	Планируемые результаты	.....	11
2.	<b>Комплекс организационно-педагогических условий</b>	.....	12
2.1	Календарный учебный график	.....	12
2.2	Условия реализации	.....	13
2.3	Формы аттестации	.....	13
2.4	Оценочные материалы	.....	14
2.5	Методические материалы	.....	15
2.6.	Рабочая программа воспитания	.....	17
2.7.	Календарный план воспитательной работы	.....	19
3.	<b>Список литературы</b>	.....	20
4.	<b>Приложение</b>	.....	22

## **Пояснительная записка.**

### *Нормативно-правовое обеспечение программы*

Программа «Школа мяча» разработана в соответствии с нормативными документами, в которых закреплены содержание, роль, назначение и условия реализации программ дополнительного образования:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р;

- приказ Министерства Просвещения РФ от 27 июля 2022 г., №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы»);

- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ОВЗ, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей)

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- СанПин 1.2.3685-21 «гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

- Устав МАДОУ ДС №1.

Физическое воспитание играет главную роль во всестороннем развитии современного дошкольника. Дошкольный возраст – это возраст, в котором закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств, формирования основ здорового образа жизни. В детском организме заложены большие возможности для тренировок, а это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания ДОУ. Ведь освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом.

Для реализации потребности детей в движении, мною организована спортивная программа «Школа мяча», который предусматривает разнообразную деятельность с мячом, а также ознакомление детей с элементами игр в баскетбол, футбол, волейбол, пионербол.

В играх и действиях с мячом дошкольники совершенствуют навыки большинства основных движений. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Действия с мячом различного объема 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.

Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации и способах проведения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка, позволяют всесторонне воздействовать на мышечную систему детей, укреплять их костный аппарат, развивать дыхательную и сердечно — сосудистую системы,

регулировать обмен веществ, усиливая его функциональный эффект. Элементы спорта помогают значительно повысить функциональные возможности детского организма.

### **Актуальность и педагогическая целесообразность рабочей программы.**

Актуальность выбранного мной направления в работе с детьми старшего дошкольного возраста обуславливается тем, что в примерной основной образовательной программе «От рождения до школы» под редакцией: Н.Е. Вераксы, Т.С. Комановой, М.А. Васильевой - недостаточно уделено внимание развитию игровых видов спорта. А требования программы «Физическая культура» предусматривает обучение детей с 1 класса спортивным играм: футболу, волейболу, баскетболу и др.

На шестом году жизни у детей происходит качественный скачок в развитии движений, появляется выразительность, плавность, точность, особенно 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.

Элементарные действия спортивных игр должны более широко использоваться в старших и подготовительных к школе группах детского сада. В 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 со спортивными играми в доступной форме и преемственности в работе по физическому воспитанию ДОУ и начальной школы.

Основное внимание должно быть направлено не на специальную подготовку, а на создание общих предпосылок успешного обучения спортивным играм в школе.

**Цель** работы кружка - повышение уровня физической подготовленности детей и укрепление их здоровья посредством фитбол-гимнастики

В соответствии с этой целью поставлены **задачи**:

- Развитие двигательных качеств;
- Обучение основным двигательным действиям;
- Развитие и совершенствование координации движений и равновесия;
- Укрепление мышечного корсета, создание навыка правильной осанки;
- Нормализация работы нервной системы, стимуляция нервно-психического развития;
- Улучшение коммуникативной и эмоционально-волевой сферы;
- Развитие мелкой моторики и речи;
- Адаптация организма к физической нагрузке.

**Адресат программы:** дети старшего дошкольного возраста. (5-7 лет)

**Ожидаемые результаты:** занятия фитбол – гимнастикой оказывают положительную динамику на состояние здоровья и физическую подготовленность детей, увеличение интереса к занятиям физической культуры. Снижение заболеваемости детей. Родители воспитанников становятся более заинтересованными и осведомленными, в различных формах оздоровления детей. Участие воспитанников в конкурсах различных уровней, выступления с открытыми показами перед детьми и родителями других групп и детских садов.

- развитие двигательной активности;
- ребенок овладел основными двигательными действиями;
- Совершенствование у детей координации движений и равновесия;

- наблюдается крепление мышечного корсета, создание навыка правильной осанки;
- ребенок свободно переносит большую физическую нагрузку, при этом получает положительные эмоции от занятий.
- Наблюдается развитие коммуникативных навыков у детей и развиваются волевые усилия.

Программа создает условия для оздоровления дошкольников посредством занятий футбол – гимнастикой, которая формирует двигательную сферу ребенка в развитии силы мышц, поддерживающих правильную осанку; способности удерживать равновесие, развивает физические качества: выносливость, ловкость, быстрота, гибкость.

Данная программа осуществляется в рамках педагогической системы обучения и воспитания детей в МАДОУ ДС №1, рассчитана на 2 месяца.

Для организации работы по программе необходимо создать следующие условия:

- физкультурный зал;
- футбол-мячи, ноутбук, подборка музыки;

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная

**Уровень:** ознакомительный.

**Характеристика воспитанников:** программа рассчитана на детей 5-7 лет.

**Возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста** является периодом интенсивного роста и развития организма ребёнка. Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем основные движения. Происходят заметные изменения в физическом развитии детей. Развиваются ловкость и координация движений. Дети могут удерживать равновесии, движения становятся более совершенными.

**Объём и срок усвоения программы:** общее количество часов – 16 часов. Продолжительность программы: 2 месяца.

**Форма обучения:** очная.

**Типы занятий:** ознакомительные, тренировочные, итоговые

**Группу могут посещать** одновременно до 25 человек.

**Режим занятий и продолжительность:** занятия проводятся 2 раза в неделю во вторую половину дня со старшей группой, продолжительность – 25-30 минут, количество в год – 16 ч.

#### **Структура занятия**

Деятельность подразделяются на 3 части: подготовительную, основную, заключительную.

В подготовительной части (3-5 мин.) происходит настрой детей на работу и подготовка организма к основной части тренировки.

Основная часть занятия (10-20 мин.) - это пик нагрузки с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Заключительная часть (5 мин.) способствует улучшению восстановительных процессов и расслаблению организма. Все занятия желательно проводить под музыкальное сопровождение.

**Методическое обеспечение программы:**

- разработка картотеки игр с фитболами;
- составление карточек – схем с изображением упражнений на фитболе;
- разработка сценариев развлечений и соревнований;
- участие в конкурсах;

**Определение результативности:**

- Медицинский осмотр педиатрами детской поликлиники.
- Открытое ООД
- Педагогическая диагностика проводится два раза в год (сентябрь, май)

**Наличие оценочных материалов. Форма аттестации. Отслеживание и фиксация результатов:**

Для оценки эффективности оздоровительного курса занятий составляется карта индивидуального психомоторного развития ребенка (по методике Н. О. Озерецкого и Н. И. Гуревич), тщательный анализ занимающейся группы детей по физической подготовленности, в начале курса занятий и в его конце, констатируя произошедшие изменения. Эти данные оформляются в сводную таблицу

№	Ф.И. ребенка	Владеет комбинациями и упражнениями на фитболах	Владеет техникой основных базовых шагов	Самостоятельно изменяет движения в соответствии со сменой темпа музыки	Развита координация движений рук и ног, быстрота реакции	Развито чувство равновесия	Всего баллов	Уровень усвоения

**Оценка уровня развития:**

3 балла: ребенок при показе правильно выполняет упражнения, знает их последовательность; движения четкие и правильные; движения рук и ног скоординированы; развито чувство равновесия; изменяет движения в соответствии со сменой темпа музыки; проявляет самостоятельность при выполнении упражнений.

2 балла: ребенок требует повтора показа упражнений несколько раз, делает ошибки в последовательности упражнений; движения недостаточно четкие; делает ошибки в координации рук и ног; иногда теряет чувство равновесия; иногда изменяет движения в соответствии со сменой темпа музыки; иногда проявляет самостоятельность при выполнении упражнений.

1 балл: ребенок выполняет движения только с помощью взрослого; координация движений рук и ног нарушена; не развито чувство равновесия; не изменяет движения в соответствии со сменой темпа музыки; не проявляет самостоятельность при выполнении упражнений.

Ранжировка успехов воспитанников:

- высокий уровень: 21-18 баллов
- средний уровень: 17-11 баллов
- низкий уровень: 10-7 баллов.

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

**Количество занятий:** 2 занятия в неделю, 8 занятий в месяц, 16 занятий. Итогом детской деятельности являются облегченные варианты спортивных игр, физкультурные досуги, развлечения.

**Место проведения:** спортивный зал, спортивная площадка.

**Материально – техническое обеспечение:** мячи резиновые диаметром 12 см. – 12 шт. и диаметром 16 см. – 12 шт., 2 гимнастические скамейки, гимнастическая стенка, кольцо баскетбольное, мячи баскетбольные, мячи футбольные, ворота, волейбольная сетка.

**Ожидаемые результаты:**

1. Знание детей спортивных игр.
2. Улучшения показателей координации движений, выносливости, быстроты, ловкости, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.
3. Овладение дошкольниками технико-тактическими действиями с мячом: передачей мяча, ведением мяча и забрасыванием мяча в баскетбольное кольцо, навыки простейших действий с мячом: катание и бросание мяча руками, отбивание, метание, прокатывание мяча ногами.

**Перспективный план.**

№	Тема	Задача	Теория	Практика	Форма контроля
<b>июнь</b>					
1	Техника безопасности на занятиях с мячами любых размеров.	Научить технике безопасности при выполнении упражнений с мячами любых размеров.	0,5	0,5	Игры
2	Катание и прокатывание мяча из разных положений: сидя на полу, стоя.	Определить физическую подготовленность каждого ребенка, применять индивидуальный подход в физическом развитии и выявить двигательный интерес каждого.	0,5	0,5	Игры, эстафеты
3	Бросание мяча в верх и ловля двумя руками.	Учить детей выполнять бросок двумя руками вверх, сохраняя вертикальное положение мяча, следить глазами за его полетом.	0,5	0,5	Игры, эстафеты
4	Бросание мяча вниз об пол и ловля его.	Учить детей при броске об пол поднимать руки вверх, затем с силой	0,5	0,5	Игры, эстафеты

		ударять мяч о пол. Чем сильнее удар, тем выше отскок от пола.			
5	Бросание мяча в стену.	При выполнении этого упражнения, научить детей отставлять правую ногу назад и бросать мяч вперед.	0,5	0,5	Игры, эстафеты
6	Постановке стоп.	Учить правильной постановке ног во время выполнения задания	0,5	0,5	Игры, эстафеты
7	Основные положения при работе с мячами любого размера. Детей бросании мяча от груди двумя руками	Учить основным положениям при выполнении упражнений с мячами.	0,5	0,5	Игры, эстафеты
8	Основные положения - при работе с мячами любого размера.	Закрепить основные положения при выполнении упражнений на мячах	0,5	0,5	Игры, эстафеты
<b>ИЮЛЬ</b>					
1	Метание мяча на дальность и в цель, левой и правой рукой.	Учить правильной постановке ног во время выполнения задания, при прицеливании, туловище выносится немного вперед, рука делает замах до отказа после броска, при броске выпрямляются руки и ноги.	0,5	0,5	Игры, эстафеты
2	Метание мяча двумя руками в цель. Элементы баскетбола.	Научить бросать мяч среднего размера от груди в цель. При броске туловище наклоняется вперед, руки выпрямляются, ногами выполняется пружинка.	0,5	0,5	Игры, эстафеты
3	Метание мяча способом из-за головы в кольцо.	Учить правильной постановке ног во время выполнения задания, мяч находится за головой, при замахе туловище	0,5	0,5	Игры, эстафеты



		и руки отклоняются назад, ноги сгибаются в коленях.			
4	Ведение мяча вперед правой рукой ударяя об пол один раз.	Формировать навыки правильной осанки. При выполнении упражнений с мячом, выставлять опорную ногу чуть вперед.	0,5	0,5	Игры, эстафеты
5	Ведение большого мяча на месте попеременно правой левой рукой.	Укреплять мышечный корсет, тренировать вестибулярный аппарат.	0,5	0,5	Игры, эстафеты
6	Ведение большого мяча с остановкой и поворотом кругом.	Учить видеть мяч во время смены положения, во время движения. Развивать глазомер.	0,5	0,5	Игры, эстафеты
7	Бросание большого мяча в баскетбольную корзину с места.	Укрепление мышечного корсета, тренировка вестибулярного аппарата. Учить целиться в ограниченно пространство.	0,5	0,5	Игры, эстафеты
8	Подвижные игра при с применение элементов баскетбола, волейбола.	Закрепить умение владения мяча любого размера.	0,5	0,5	Игры, эстафеты

#### Занятие 1 - 2 (1 неделя)

Задачи. Формировать умение действовать с мячом, реагировать на сигнал Пособия. Мячи по количеству детей, свисток, кегли. Содержание и методика проведения.

I часть. (5 мин.) 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. (10-12 мин.) Перебрасывать мячи можно любым способом. Показ детям отвлекающих действий при передаче – прием ложной передачи.

III часть. (5-6 мин). Игра «Сбей кеглю». Учить сбивать кеглю любым способом. Учить детей искать рациональные способы бросания мяча.

Форма контроля: игры, эстафеты

#### Занятие 3-4 ( 2 неделя).

Задачи. 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. (5-6мин) 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 сильно вперед 2-3 мин.

II часть. (8-10 мин) 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. (3-5 мин) Игра «Съедобный - несъедобный». Дети стоят полукругом, воспитатель бросает мяч вразнобой. Дети должны поймать мяч и назвать овощ или фрукт.  
Форма контроля: игры, эстафеты

#### Занятие 5- 6 (3 неделя)

Задачи. 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. (2-4мин) 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. (5-6 мин) 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. (3-5 мин) Малоподвижная игра «Будь внимателен»

Форма контроля: игры, эстафеты

#### Занятие 7 – 8 (4 неделя)

Задачи. 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. (5-6 мин) Игра «Играй, играй, мяч не теряй» во время игры выполнение разнообразных движений с мячом. После свистка – принять правильную стойку баскетболиста. Исправлять ошибки.

II часть. (8-10 мин) 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. (2-3мин) Игра «Мяч водящему». Соревнования проводятся на точность действия с мячом (3-4 раза)

Форма контроля: игры, эстафеты

Занятие 9 – 10 (5 неделя) Задачи. Формировать ловкость действия с мячом, совершенствовать ведение 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. (2-3 мин) 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. (8-10 мин) 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.

Форма контроля: игры, эстафеты

Занятие 11 - 12( 6 неделя) 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 (3-4мин) 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 (10-12 мин). 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.

Форма контроля: игры, эстафеты

Занятие 13 - 14(7 неделя) 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 (5-6 мин). 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 (5-6 мин). 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.

Форма контроля: игры, эстафеты

Занятие 15 - 16( 8 неделя)

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 (5-6 мин). 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 предавать мячи и заканчивают. Обратно возвращаются свободно. Повторить 4-5 раз.

II часть (10-12 мин). 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.

Форма контроля: игры, эстафеты

### **Условия реализации программы**

**1. Учебно-методическое обеспечение программы:** Данная программа предусматривает сочетание традиционных (словесных, наглядных, практических) и инновационных методов обучения (проблемное изложение, репродуктивный метод и т.д. применение различных форм организации образовательного процесса фронтальных, групповых и индивидуальных форма обучения.

Примерные комплексы упражнений с фитболами, комплексы дыхательной гимнастики, упражнения для релаксации, пальчиковая гимнастика, подвижные игры с фитболами.

**2. Учебно – информационное обеспечение программы:** электронные и образовательные ресурсы, информационные технологии, внутренние и внешние сетевые ресурсы. Видео и аудио сопровождение (мелодии, песни, физкультминутки, динамические паузы)

**3. Материально-техническое:** музыкальный центр, мячи-фитбол, мячи разных диаметров, гимнастические палки, шведская лестница, мячи-массажеры, скамейки, обручи и т. д.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Кадровое обеспечение:** инструктор по ФК

#### **Информационно-методические условия реализации программы:**

Электронные образовательные ресурсы, сетевые ресурсы, информационные технологии:

Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&tmpl=com](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com)

Образовательные сайты для учителей физической культуры [http://metodsovet.su/dir/fiz\\_kultura/9](http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9)

Сайт "Я иду на урок физкультуры"

<http://spo.1september.ru/urok/>

Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/>

[http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&lib\\_no=32922&tmpl=lib](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib) сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры

<http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры

<http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"

<http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"

<http://festival.1september.ru/> - Фестиваль пед.идей «Открытый урок»

### **Рабочая программа воспитания**

В современных российских условиях наблюдается заметное усиление внимания государственных органов к воспитанию детей и молодежи. Воспитание является одной из важнейших составляющих образовательного процесса наряду с обучением. Модернизация системы образования нацелена на формирование нового образовательно-воспитательного пространства, которое позволит обеспечить духовно-нравственное становление

подрастающего поколения, подготовку детей к жизненному определению, самостоятельному выбору.

Закон Российской Федерации «Об образовании» закрепил приоритет общечеловеческих ценностей в осуществлении воспитания и ориентирует на обеспечение самоопределения личности, создании условий для ее самореализации. Воспитание есть педагогическое управление процессом развития личности. В данной программе приоритет отдается приемам опосредованного педагогического воздействия.

Цель: воспитание у детей 6–7 лет интереса к занимательной математике, формирование умения работы в коллективе.

Особенности организуемого воспитательного процесса в детском саду: Программа «Школя мяча» осуществляет свою деятельность в муниципальном дошкольном образовательном автономном учреждении Детский сад №1 города Белогорск

Формы и содержание деятельности: занятия проходят в тесном контакте всех участников воспитательного процесса, в благотворной эмоционально-психологической обстановке.

Формы проведения занятий: Игровые занятия, которые включают различные виды детской деятельности: познавательную, продуктивную, двигательную, коммуникативную, конструктивную.

В занятия включены:

- работа с занимательным материалом;
- физкультминутки, гимнастика для глаз;
- работа с д/и.

Методы и принципы воспитания. Методы: -формирования сознания (методы убеждения, словесные): объяснение, рассказ, беседа, инструктаж, пример;

-организации деятельности и формирования опыта поведения (практические): приучение, педагогическое требование, воспитывающие ситуации;

-стимулирования поведения и деятельности: поощрение (выражение положительной оценки, признание качеств и поступков) и наказание (обсуждений действий и поступков, противоречащих нормам поведения).

Принципы воспитания: - Создание проблемной ситуации;

- гуманизация (гуманные человеческие отношения между педагогом и воспитанником). В соответствии с этим принципом воспитательный процесс строится на доверии, взаимном уважении, авторитете педагога, сотрудничестве, любви,

доброжелательности. Реализуется уважительное отношение к воспитаннику как к личности в первую очередь, признаются важными его интересы и стремления, гарантируются его права.

- учет возрастных и индивидуальных особенностей, дифференцированный подход. Нельзя всех «стричь под одну гребенку», у каждого свой уровень нравственного, умственного и физического развития, каждый по-разному реагирует на факторы среды. Педагог должен учитывать все эти нюансы, интересоваться своими подопечными, их внутренним миром, только тогда его работа будет успешной.

- Связь воспитания с жизнью, социокультурной средой. В соответствии с этим принципом воспитание должно строиться в соответствии с требованиями общества, отвечать его потребностям.

- Принцип педагогического руководства и самостоятельной деятельности (активности) воспитанников. В соответствии с этим принципом педагог при организации воспитательного процесса предлагает те виды деятельности, которые будут стимулировать активность детей, их творческую свободу, но сохранять при этом руководящие позиции.

Направления воспитания в данном коллективе:

- развитие познавательных и индивидуальных способностей детей;

- формирование интереса к окружающим предметам и активно действовать с ними, эмоционально вовлекаться в игру при организации образовательного процесса, стремится к общению со взрослым и активно подражает им;

- воспитание чувства ответственности, дисциплины и внимательного отношения к людям, потребности в общении с природой;

Планируемые результаты.

- Приобретение опыта творческой игровой деятельности, опыта исследовательской работы.

- Развитие нестандартного мышления.

- Воспитание потребности в самостоятельной познавательной деятельности.

- Развитие способности к личному самоопределению и социальной адаптации.

- Развитие культуры общения, умение работать в сотрудничестве с окружающими

Календарный план воспитательной работы разработан по трем разделам: 1. Работа в объединении. 2. Работа согласно плану воспитательной работы детского сада. 3. Работа с родителями.

## Содержание разделов плана воспитательной работы:

1. Работа в объединении – запланированы мероприятия, которые будут проводиться в объединении: - использование интернет - ресурсов; - размещение информации о жизнедеятельности детского коллектива в СМИ, на сайта учреждения; - массовые мероприятия воспитательно-развивающего характера (тематические праздники, дни рождения, календарные праздники, традиционные народные праздники и др.); - мероприятия, направленные на социальное воспитание (беседы о здоровье, о взаимоотношениях с другими людьми, толерантности и т.п.).

2. Работа согласно плану воспитательной работы детского сада: -участие в мероприятиях, акциях и проектах.

3. Работа с родителями: - планирование родительских собраний; - оформление информационного стенда «Родительский уголок», индивидуальные встречи и консультации (по мере необходимости); - системная работа по оценке деятельности педагога дополнительного образования со стороны родителей (книга отзывов, анкетирование).

№	п\п	Название мероприятия	Форма проведения	Сроки проведения
1	День Мяча	Практические занятия	родительское собрание	июнь
2	Оформление информационного стенда	«Родительский уголок»		Июнь-июль
3	Квест	«Путешествие в мир футбола»	Развлечение	июль

## Список литературы

### Для педагогов

1. Железняк Н.Ч. занятия на тренажерах в детском саду. М.:Издательство «Скрипторий 2003», 2019.
2. Клубкова Е.Ю. Футбол-гимнастика в оздоровлении организма. –СПб., 2011.
3. [Крючек Е.С. Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий](#): Учебно-метод. пос. - М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс,2011. - 64 с.
4. [Кудра Т.А. Аэробика и здоровый образ жизни](#): Учеб. пос.-Владивосток: МГУ им. адмирала Г.И. Невельского, 2001.- 120 с.
5. [Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников](#). - СПб.: Речь, 2012.- 176 с.
6. [Теория и методика физического воспитания](#) /Под общ. ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. - М.: ФиС, 2019.Т. 1, с. 85.

### Для родителей

1. Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие/ Г.В.Каштанова, Е.Г. Мамаева.-2-е изд.,испр. И доп.-М.:АРКТИ,2017.
2. [Попова Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике.](#) - М.: Терра-Спорт, 2010. - 72 с.

#### **Для детей**

1. И. Каплунова, И. Новоскольцева «Потанцуй со мной, дружок». Санкт-Петербург 2010г.



### Календарный учебный график

№	месяц	День недели	День недели	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	июнь	Понедельник	Понедельник	Диагностика	1 ч	«Мяч и которые лечат»	МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
2		Среда	Среда	Фитбол-гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
3		Понедельник	Понедельник	Фитбол-гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
4		Среда	Среда	Фитбол-гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
5		Понедельник	Понедельник	Фитбол-гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
6		Среда	Среда	Фитбол-гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
7		Понедельник	Понедельник	Фитбол-гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
8		Среда	Среда	Фитбол-гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг

							зал	
9	июль	Понедельник 02.07/16.00	Понедельник	Фитбол- гимнастика	1 ч	«Мой весел ый звонк ий мяч»	МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
10		Среда 04. 07/16.00	Среда	Фитбол- гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
11		Понедельник 09. 07/16.00	Понедельник	Фитбол- гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
12		Среда 18. 07/16.00	Среда	Фитбол- гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
13		Понедельник 23. 07/16.00	Понедельник	Фитбол- гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
14		Среда 25. 07/16.00	Среда	Фитбол- гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
15		Понедельник 30. 07/16.00	Понедельник	Фитбол- гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг
16		Среда 01.08/16.00	Среда	Фитбол- гимнастика	1 ч		МАДОУ ДС№1 спортивный зал	Наблюдение, текущий мониторинг