

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА
«ГОРОД КАЛИНИНГРАД»
Комитет по образованию
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Калининграда детский сад № 129

Россия, 236013, Калининградская область,
г.Калининград, ул.Алданская 22в

Электронная почта: ds129@edu.klgd.ru
73-60-53; 73-60-54; 73-60-58

Программа рассмотрена и одобрена на
заседании педагогического совета
МАДОУ д/с №129
Протокол от «08» августа 2024г. № 1



Утверждаю
Заведующий МАДОУ д/с №129
Е.В. Манчук
Приказ от «08» августа 2024 г. № 197-о/в

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
физкультурно-спортивной направленности
«Школа мяча»**

Возрастная категория: 5-6 лет
Срок реализации: 9 месяцев
Составитель программы:
педагог дополнительного образования
Жаркова Елизавета Владимировна

г. Калининград, 2024.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Школа мяча» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность программы

Физическое воспитание – одно из необходимых условий правильного развития детей. Для физического воспитания личности ребенка огромное значение имеет охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание у него бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной деятельности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно-волевых качеств.

Большое место во всестороннем развитии детей занимают спортивные упражнения (плавание, ходьба на лыжах, катание на санках, на коньках, езда на велосипедах; элементы спортивных игр: пионербол, волейбол, баскетбол, футбол, бадминтон).

Овладение всеми видами спортивных упражнений имеет большое значение для разносторонней физической подготовленности детей и удовлетворения потребности детей в двигательной активности.

В связи с этим в ДОО введены дополнительные занятия спортивного кружка «Школа мяча», который проводит инструктор по физической культуре Пашкова Ольга Альбертовна.

Настоящая программа описывает курс подготовки по обучению детей основным приемам владения мячом в игровых условиях, что должно стать целью достижения благоприятного физического развития и разносторонней двигательной подготовленности детей, а также ознакомление с элементами волейбола в доступной форме для детей дошкольного возраста 5-6 лет.

В связи с вышесказанным, актуальность программы в настоящее время очевидна, т.к. именно в двигательной активности наиболее комфортно и привлекательно происходит целостное развитие личности ребенка, укрепление его психического и физического здоровья, раскрытие личностного потенциала и приобщение к здоровому образу жизни.

Отличительные особенности программы

Основной акцент в программе сделан на ознакомление, закрепление и совершенствование упражнений со всеми доступными видами мячей, на создание условий для овладения дошкольниками элементами различных игр с мячом – волейбол, футбол, баскетбол и др.

Особое внимание уделяется воспитанию у дошкольников таких качеств, как:

- активная жизненная позиция;
- познавательная активность;
- патриотизм.

Отличие также заключается в предоставлении возможности педагогу использовать новый материал в соответствии с изменениями окружающей

жизни, действительности, запросов самих детей и, наконец, с потребностью все время вносить в свою работу что-то новое.

Новизна программы

Подчеркивая новизну содержания данной программы, нужно отметить следующее:

- опору на дидактические принципы классической и современной дидактики (ФГОС ДО);

- методологическую обоснованность концептуальных идей программы в контексте современных педагогических исследований.

Адресат программы: дополнительная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 5-6 лет, посещающих сад № 129.

Объем и срок освоение программы предусматривает:

Срок освоение программы: 9 месяцев – 72 часа.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса:

Набор детей в объединение свободный. Группа обучающихся одного возраста, состав группы постоянный. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми.

Состав групп: 10-15 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов - 72. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 25 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Зачисление в группы обучающихся, производится с обязательным условием предоставления справки о состоянии здоровья, обеспечивающей допуск к занятиям физкультурно-спортивной направленности.

Педагогическая целесообразность

Систематическая физическая активность оказывает благоприятное влияние на эмоциональное состояние детей и способствует как физическому развитию, так и оздоровлению. Положительное влияние двигательных действий определяется следующими требованиями: всестороннее воздействие на организм, доступность, безопасность, постепенное повышение нагрузки, положительное эмоциональное состояние. Физические упражнения, представленные в данной программе, будут применяться преимущественно с этих позиций. Основными формами учебно-воспитательного процесса являются: групповые практические занятия, тестирование, участие в соревновательной деятельности. Занятия весьма разнообразны по содержанию, которое определяется возможностями материальной базы. Обучаться по данной программе может каждый ребенок ДОУ.

Практическая значимость

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости,

ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку.

Упражнения с мячами 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.

Игры с мячом пользуются у детей наибольшей популярностью, и это неудивительно. Мяч (большой или маленький) — это снаряд, который требует проворных рук и повышенного внимания. Способы упражнений с мячом разнообразны. Мяч можно перебрасывать, надо уметь его ловить, мячом можно «пятнать», выбивать. Для детей мяч — это круглый, легкий, упругий, привлекательный снаряд, который символизирует приобщение к спортивным играм: волейболу, баскетболу, футболу. В мяч играют в помещении и на улице. В игре принимает участие различное количество детей. Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры.

Цель программы: создание условий для ознакомления обучающихся со спортивными играми, закладывания основ техники игры с мячом, знакомства с различными видами спорта, историей их возникновения.

Задачи программы:

Образовательные:

✓ Способствовать развитию и совершенствованию функциональных систем организма, двигательных навыков и качеств, психических процессов, рефлексии, эмпатии и качеств личности, расширять двигательный опыт.

✓ Познакомить детей с различными видами мячей, с историей возникновения мяча, с правилами и элементами спортивных игр: баскетбол, пионербол, волейбол, футбол.

Развивающие:

✓ Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер.

✓ Развивать умение сочетать замах с броском при метании мяча, понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

✓ Выявлять исходные данные психомоторного развития ребенка и на этой основе формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача, бросок через сетку, забрасывание в корзину, подача, блокирование, ведение мяча ногами, удар по воротам и умение применять их в игровой ситуации.

Воспитательные:

✓ Помочь в воспитании умения подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели, в тренировке воли, характера.

✓ Воспитывать интерес к занятиям физическими упражнениями, ценность здорового образа жизни; умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

✓ Способствовать обогащению и углублению знаний о спортивных играх, спортивных клубах.

Принципы обучения

Особенности проведения занятий определяются основными дидактическими принципами:

1. Принцип последовательности освоения основных видов движений по схеме: освоение двигательного эталона – овладения разными способами выполнения двигательного эталона – выразительность выполнения движения – придумывания других способов движения или комбинирование их с другими основными видами движениями или снарядами.
2. Постепенность возрастания и снижения нагрузки.
3. Систематичность планирования на месяц, год.
4. Учет индивидуальных особенностей. так как спортивные упражнения и игры являются довольно сложными для дошкольников. При подборе физических упражнений учитываются возрастные и индивидуальные особенности, возможности каждого ребенка и на их основе и определены посильные для него задания. Индивидуальный подход достигается при подборе методов обучения и воспитания в зависимости от степени усвоения учебного материала каждым ребенком, при учете реакции его организма на физическую нагрузку
5. Наглядность.

Планируемые результаты

В результате освоения программы дети будут знать и уметь:

- иметь устойчивый интерес к занятиям физической культурой, спортом;
- иметь сформированную потребность к здоровому образу жизни;
- знать основные приемы игр с разными видами мячей, в различные играх, связанных с подачей и приемом мяча;
- знать спортивные игры и упражнения (городки, волейбол, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол);
- овладеют техникой действий с разными мячами;
- различать новые двигательные навыки: ведения мяча разными способами, забрасывание мяча в корзину, бег с ввертыванием при ведении мяча, блокировка, ведение мяча с бегом в разном темпе;
- уметь играть в команде для достижения общей цели;
- адекватно оценивать результаты игры, своих действий;
- знать о спортивных играх с мячом, их истории возникновения, правилах и элементах техники игр.

Формы аттестации.

Два раза в год (декабрь, май) проводится мониторинг.

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.

Механизм оценивания образовательных результатов

Контрольное тестирование	
Виды основных движений	<p>ходьба, бег, прыжки, метание</p> <p>Умеет перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги с крестно, через сетку.</p> <p>Может бросать мяч вверх, о пол, ловить его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, с поворотами.</p> <p>Легко отбивает мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении, перебрасывает набивные мячи.</p> <p>Владеет метанием на дальность (6 -12 м.) левой и правой рукой; метанием в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя); метанием в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4 - 5м.); метанием в движущуюся цель.</p> <p>Освоил элементы спортивных игр.</p>
Баскетбол	<p>Передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча).</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди в движении.</p> <p>Ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон.</p> <p>Забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча.</p> <p>Ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь по сигналу.</p>
Футбол	<p>Передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте.</p> <p>Ведение мяча змейкой между расставленными предметами.</p> <p>Попадание в предметы.</p> <p>Забивание мяча в ворота.</p>
Пионербол	<p>Умение в подаче из-за лицевой линии, выполнять бросок через сетку из разных частей площадки.</p> <p>Выполнение игровых действий в команде, правильно реагирует на свисток и жесты судьи.</p>

При оценке двигательных навыков детей, вводятся следующие обозначения.

Высокий уровень - означает правильное выполнение, т.е. навык сформирован, автоматизирован. Ребенок сам выполняет упражнение.

Средний уровень - говорит о промежуточном положении, т.е. недостаточно правильном выполнении упражнения. Ребенок выполняет с помощью инструктора.

Низкий уровень – указывает на неправильное выполнение движения. Ребенок не выполняет упражнения.

Формы подведения итогов реализации программы:

- открытые занятия для родителей;
- спортивные развлечения и праздники;

➤ участие обучающихся в различных спортивных конкурсах.

Учебный план

№	Наименование разделов	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Вводное занятие	1		1
2	Баскетбол	1	20	21
3	Футбол	1	20	21
4	Пионербол	1	20	21
5	Командные игры. Соревнования	-	8	8
Итого астрономических часов		4	68	72

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие

Знакомство с группой и программой.

Техника поведения и правила поведения в зале.

Знакомство детей с различными спортивными играми.

Диагностика (тестирование).

Раздел 2. Баскетбол

1. Броски мяча. Развивать умение бросать мяч вверх и ловить не менее 3 раз подряд; двумя руками не менее 3-5 раз подряд. Следить за положением руки после броска. Воспитывать самостоятельность. Преимущественно используются для атаки корзины с дальних дистанций в условиях отсутствия активного противодействия защитника. Подготовительная фаза: мяч обхватывается пальцами, образующими плотную «чашу», и выносится на уровень лица, ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях, одна нога выставлена на 30 - 40 см вперед. Основная фаза: руки полностью выпрямлены вверх - вперед по небольшой дуге, кисти и пальцы, раскрываясь, дают мячу направляющий легкий толчок; одновременно с движением рук выпрямляются и ноги. Завершающая фаза: после выполнения броска руки опускаются расслабленно вниз, игрок принимает исходную позицию для последующего рывка к щиту, чтобы бороться за отскок в случае промаха.

2. Ловля – передача мяча двумя руками на месте. Развивать умение бросать и мягко ловить мяч в парах разными способами. Развивать ловкость, внимание, глазомер. Прием, с помощью которого игрок может уверенно овладеть мячом и предпринять с ним дальнейшие атакующие действия. Ловля мяча - это исходное положение для последующих передач, ведения или бросков, поэтому структура движения должна обеспечивать четкое и удобное выполнение последующих приемов. Ловля мяча двумя руками. Наиболее простым и в тоже время надежным способом овладения мячом считается ловля мяча двумя руками. Подготовительная фаза: если мяч летит к игроку на уровне груди или головы, следует вытянуть руки навстречу мячу, ненапряженными пальцами и кистями образуя как бы воронку, размером несколько большую, чем обхват мяча. Основная фаза: в момент соприкосновения с мячом нужно обхватить его пальцами, сближая кисти, а руки согнуть в локтевых суставах, подтягивая тем самым мяч к груди. Завершающая фаза: после приема мяча игроком туловище вновь подается

слегка вперед; мяч, укрываемый от противника разведенными локтями, выносится в положение готовности к последующим действиям.

3. Передача мяча одной рукой от плеча - наиболее распространенный способ передачи мяча на близкое и среднее расстояние. Подготовительная фаза: руки с мячом отводятся к правому плечу так, чтобы локти не поднимались; одновременно игрок поворачивается в сторону замаха. Основная фаза: мяч на правой руке, которая сразу же выпрямляется с одновременным захлестывающим движением кисти и поворотом туловища. Завершающая фаза: после вылета мяча правая рука на короткое мгновение как бы его сопровождает, а затем расслабленно опускается вниз.

4. Передача мяча от груди разными способами – основной способ, позволяющий быстро и точно направить мяч партнеру на близкое или среднее расстояние в сравнительно простой игровой обстановке, без плотной опеки противника. Подготовительная фаза: кисти с расставленными пальцами свободно охватывают мяч, удерживаемый на уровне пояса, локти опущены. Основная фаза: мяч посылают вперед резким выпрямлением рук почти до отказа с добавочным движением кистей, придающим мячу обратное вращение. Завершающая фаза: после передачи руки расслабленно опускают вниз, игрок выпрямляется, а затем занимает положение на слегка согнутых ногах.

5. Ведение мяча правой, левой рукой – Развивать умение делать правильно удар об пол, не толкать мяч основанием ладони, а выпускать мяч с кончиков пальцев.

Раздел 3. Футбол

1. Знакомство с правилами игры в футбол. История возникновения игры, основные правила, знакомство с футбольным мячом.

2. Ведение мяча между ориентирами. Ведение мяча широко используется в мини-футболе для выхода игроков на свободную позицию или же когда все партнеры закрыты и некому сделать точную передачу. Футболист, уверенно владеющий этим приемом, оказывается очень полезным команде. Ведение выполняется несильными ударами ногой по мячу внутренней стороной стопы, носком, внешней частью подъема. Чтобы мяч находился под контролем, ему придается обратное вращение. В этом случае удары наносятся в нижнюю часть мяча. Прежде всего, нужно стремиться при движении с мячом, голову держать так, чтобы видеть и мяч и обстановку на поле. При свободном пространстве дистанции удары по мячу могут быть сильнее, для большей скорости передвижения. Если же соперник находится в непосредственной близости, мяч далеко отпустить нельзя. При атаке соперника справа мяч переводится под левую ногу и наоборот, чтобы туловище находилось между мячом и соперником. Для разучивания этого технического приема применяются следующие упражнения: По прямой. Вести мяч по прямой в медленном темпе так, чтобы при каждом шаге мяч касался ноги. Чередовать удары по мячу то правой, то левой ногой. По кругу. По линии условного круга диаметром 5-6 м вести мяч поочередно правой и левой ногой. Постепенно увеличивая темп. Коридор. Обозначить коридор

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. Для ориентира расставляются стойки, фишки или кегли.

3. Умение перемещаться по площадке. Развивать умение правильно оценивать ситуацию, делать выводы о необходимости какого-либо игрового действия.

4. Передача мяча друг другу в быстром темпе. Открывание. Развивать умение отдавать передачу в движении, приставным шагом, выходу для получения мяча. Открывание - это важнейший прием в тактике мини-футбола, означающий выход футболиста на свободную позицию, дающую возможность освободиться от опеки соперника, оторваться от него и, получив мяч, выполнить передачу партнеру или нанести удар по воротам. Открывшийся игрок может также увести соперника за собой, освобождая путь к воротам противоположной команды одному из своих партнеров. Выход на свободное место осуществляется на скорости. Этому могут предшествовать предварительная имитация игроком некоторой пассивности в целях введения опекуна в заблуждение или же обманные движения, запутывающие соперника. Открываться можно вперед, в сторону, а при необходимости назад. Делать это надо своевременно, а именно в момент, когда партнер готов сделать передачу на свободное место.

5. Остановки мяча. Остановка может быть полной или неполной. В игре, чаще всего применяются неполные остановки. Ведь мини-футбол отличается повышенными скоростными действиями, интенсивностью. В результате футболист не имеет времени спокойно распорядиться мячом. Получая мяч, игрок быстро сориентируется, куда его направить. Разучивание способов остановки мяча целесообразно проводить одновременно с разучиванием техники ударов. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы в игре используются довольно часто. Этот способ очень удобен. Слегка согнутая в колене опорная нога выставляется вперед. Тяжесть тела также переносится на опорную ногу. Останавливающая нога сгибается в колене. Ее стопа сильно разворачивается наружу и образует прямой угол со стопой опорной ноги. Таким образом, она слегка подается навстречу приближающемуся мячу. В момент соприкосновения с ним нога мягко отводится назад. Остановка мяча подошвой выполняется, когда мяч движется навстречу игроку. Останавливающая нога, слегка согнутая в коленном суставе, выносится навстречу приближающемуся мячу. Приподнятый носок и опущенная пятка, как бы образуют над мячом косую крышку. При соприкосновении мяча с подошвой нога за счет сгиба в колене отводится чуть назад, мягко прижимая мяч, а туловище подается вперед. При игре в мини-футбол приходится укрощать мячи, не только катящиеся по земле. Опускающиеся мячи также приходится укрощать подошвой, или внутренней стороной стопы.

Раздел 4. Пионербол

1. Формирование навыков точного выполнения правил, ориентирование на площадке. Развивать умение строго соблюдать правила, беседа о понятии «аут».

2. Передачи мяча. Развивать умение передавать мяч по разным траекториям.

3. Обучение подаче. Развивать умение правильной стойке при подаче, правильному движению руки.

4. Обучение ловле. Развивать умение правильной стойке при приеме, правильно готовить руки при ловле мяча.

Раздел 5. Командные игры.

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.

Календарный учебный график

№ п/п	Содержание	
1	Возрастная группа	Старшая группа (5-6 лет)
2	Режим работы МАДОУ д/с № 129	7.00-19.00
3	Начало реализации программы	09.09.2024 года
4	Окончание реализации программы	06.06.2025 года
5	Количество недель реализации программы	36
6	Количество занятий в неделю	2
7	Продолжительность занятий	Не более 25 минут
8	Время проведения	2 половина дня
9	Сроки проведения каникул	01.01.2023 г.- 08.01.2024 г.
10	Сроки проведения Дней открытых дверей	29.12.2024 г.- 08.01.2025 г.
11	Сроки проведения промежуточный и итоговой аттестации	16.12.2024г. 20.05.2025г.

Праздничные дни	
День народного Единства	04.11.2024г.
Новогодние праздники и Рождество Христово	29.12.2024 г.- 08.01.2025 г.
День Защитника Отечества	23.02.2025г.
Международный женский день	08.03.2025г.
Праздник Весны и Труда	01.05-04.05.2025г.
День Победы	08.05.2025г.- 11.05.2025г.

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь среднее специальное или высшее образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы.

Материально-техническое обеспечение

Специализированные учебные помещения

№ п./п.	Наименование и принадлежность помещения	Площадь (кв.м.)
1.	Спортивный зал	74,7

Основное учебное оборудование

№ п./п.	Наименование	Количество
1.	Мяч d-22	15 шт.
2.	Мяч d-10	15 шт.
3.	Теннисный мяч	15 шт.
4.	Футбольный мяч	1 шт.
5.	Баскетбольный мяч	1 шт.
	Волейбольный мяч	1 шт.
	Мяч утяжелённый 500 гр.	2 шт.
6.	Фишки	50 шт.
7.	Ворота футбольные	2 шт.
8.	Баскетбольное кольцо	2 шт.
9.	Ориентиры	8 шт.
10.	Волейбольная сетка	1 шт.

Методическое обеспечение

Организационно-методические пояснения по проведению занятий с детьми

Занятия строятся по классической традиционной схеме: вводная часть – разминка, основная и заключительная.

В водной части дети упражняются в ходьбе, беге и прыжках. Например, ходьба в сочетании с ведением мяча ногами, ходьба с подбрасыванием и

ловлей мяча в разных положениях, боковой галоп с ведением мяча и без него, прыжки из положения приседа и т.д.

В основной части происходит обучение, закрепление и совершенствование движений.

Вместо традиционных основных видов движения в основной части занятия используются подводящие упражнения, которые помогают детям овладеть основными приемами техники спортивных игр.

В подводящие упражнения включаются движения, сходные по структуре с главными элементами техники того действия, которым предстоит овладеть. Например, при обучении броскам мяча в корзину в баскетболе первым упражнением является обычная передача мяча, затем выполнение передачи с высокой траекторией, далее — передача мяча через различные высокорасположенные препятствия (сетка, веревка, планка) с попаданием в горизонтальную цель (щит баскетбольной корзины) и, наконец, броски непосредственно в корзину. Таким образом, все эти упражнения включают бросок мяча, но условия его выполнения постепенно усложняются. Если в качестве подводящего упражнения используется хорошо освоенное ранее движение, то достаточно повторить его несколько раз непосредственно перед разучиванием нового двигательного действия.

Подводящими упражнениями могут служить:

1. Отдельные части изучаемого двигательного действия.
2. Имитация изучаемых двигательных действий.
3. Непосредственно изучаемое двигательное действие, которое выполняется в облегченных условиях.

4. Само-изучаемое двигательное действие, выполняемое в замедленном темпе. При выполнении упражнения в замедленном темпе ребенку легче контролировать свои движения, и он допускает меньше ошибок. На занятии дети упражняются в 4 движениях. Это подводящие упражнения для футбола, волейбола, баскетбола и гандбола. Например, удар по неподвижному мячу с 1,2,3 шагов; ведение мяча одной рукой и передача его в парах; отбивание пляжного мяча пальцами или ладонями.

Подвижная игра проводится также с элементами спортивных игр. Например, могут быть использованы такие игры, как: «Мяч через сетку», «Подвижная цель», «Перестрелка», «Задержи мяч», «Кого назвали, тот ловит мяч» и др.

В заключительной части занятия дается теоретический материал по истории возникновения, правилам спортивных игр, дидактические игры («Опиши и назови игру», «Узнай игру по описанию», «Из какой игры мяч?», «Фотозагадки»), викторины на знание игр, рассматривание иллюстрации и фотографии с изображением игровых моментов. В помощь себе сформированы папки с теоретическим и методическим материалом по спортивным играм, в которых используется мяч.

Список литературы:

Нормативно-правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ.

2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 г. № 599.

3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 г. № 597.

4. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. об утверждении правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Для педагогов дополнительного образования и родителей:

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» [Текст]: Книга для воспитателей дет.сада./ Э.Й. Адашкявичене. М.: Просвещение,1992.159 с.

2. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М., Просвещение, 1983г.

3. Анисимова Т.Г. Физическое развитие детей 5-7 лет: планирование, занятия с элементами игры в волейбол, подвижные игры, физкультурные досуги/ авт.- сост. Т.Г. Анисимова, Е.Б. Савинова. – Волгоград: Учитель, 2009.-144с.

4. Ашмарина, Б.А. Теория и методики физического воспитания [Текст]: учеб. для студентов ффк / Б.А. Ашмарина.- М.: Просвещение, 1990.-с. 176-180.

5. Вавилова, Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. [Текст]: Пособие для воспитателей д/сада / Е.Н. Вавилова.- М.: Просвещение, 1986.-128с.

6. Волошина, Л.Н. «Играйте на здоровье!» [Текст]: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет/Л.Н. Волошина. М.: АРКТИ, 2004. -144с.

7. Волошина Л., Курилова Т. Играем в баскетбол

8. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ», издательство НЦ ЭНАС, 2004.

9. Гришин В.Г. Игры с мячом

10. Николаева Н.И. Школа мяча [Текст]: учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений/Н.И. Николаева СПб. «Детство - Пресс», 2008.-96с.

11. Осокина Т.И. Физические упражнения и подвижные игры для дошкольников [Текст]: / Т.И. Осокина, Е.А Тимофеева.-Изд.2-е, доп., М., «Просвещение», 1971.-210с.

12. Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет» - «Детство- пресс», 2009.

13. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.
14. Филиппова С.О., под ред. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения» - «Детство-пресс», 2005.
15. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей старших дошкольников» - издательство «Детство-пресс», 2010.