

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 18 г.Лениногорска» муниципального образования
«Лениногорский муниципальный район» Республики Татарстан

РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО
педагогическим советом
протокол
от 29.08. 2017г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ
«Детский сад комбинированного вида
№18 г. Лениногорска» МО «ЛМР» РТ
Р.З.Арсланова
приказ от 29.08.2017г. № 95

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по дополнительному образованию
физкультурно-оздоровительной направленности
«Школа мяча»

(составлена на основе учебно-методического пособия «Школа мяча» Н.И.Николаевой)

Возраст детей 5-7 лет
(старшая группа 5-6 лет, подготовительная к школе группа 6-7 лет)
Количество часов в год - 35
Срок реализации программы: 2 года

Инструктор по физической культуре:
Паникова Н.Н.

г. Лениногорск, 2017 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по дополнительному образованию секции физкультурно-оздоровительной направленности «Школа мяча» составлена в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей. В основу положено учебно-методическое пособие Н.И.Николаевой «Школа мяча» для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений. Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию ловкости, ритмичности, глазомера, координации, 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. Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в моей физкультурно-оздоровительной работе с детьми. Основная моя задача – научить детей владеть мячом на достаточно высоком уровне. Игры с мячом пользуются у детей большой популярностью. Мяч (большой или маленький) – это снаряд, который требует проворных рук и повышенного внимания. Сюжеты упражнений с мячом разнообразны. Мяч можно перебрасывать, надо уметь его ловить, мячом можно пытаться выбивать. Действия с мячом занимают значительное место, усложняясь от группы к группе за счет введения дополнительных заданий, а также новых способов их выполнения. В старшей группе разнообразнее и сложнее становятся упражнения в бросании и ловле мяча. Дети уже имеют разносторонние навыки владения мячом. Они умеют его ловко принимать, непринужденно держать, быстро и точно передавать в разных направлениях. Много времени уделяется упражнениям в бросании и ловле мяча индивидуально, в парах, по кругу, в кругах с водящим. В играх и упражнениях с мячом стараюсь приучать детей бросать друг другу мяч так, чтобы товарищу было удобно его поймать. В старшей группе почти все дети умеют подбрасывать и ловить мяч после отскока от земли, пола не менее 10 раз подряд.

Навыки ловли успешно формируются в индивидуальной работе с детьми. Хорошему владению мячом способствуют разнообразные индивидуальные упражнения «Школа мяча», которые проводятся один раз в неделю в течение всего учебного года. В таких упражнениях, как подбрасывание мяча вверх и ловля его с хлопком, с поворотом вокруг себя, формирую у детей навык подбрасывать мяч повыше и прямо над собой, чтобы успеть похлопать в ладоши или повернуться вокруг себя и поймать мяч.

В работе со старшими дошкольниками имеют место и упражнения в бросании, ловле и отбивании мяча одной рукой. Эти упражнения постепенно усложняются с увеличением высоты подбрасывания, количество подбрасываний подряд. Подбрасывание и ловля мяча требует дифференцированных действий: захвата мяча, силы замаха, согласования со способами бросания (снизу, от груди, от плеча, сбоку, сзади). При разучивании этих движений обращаю внимание детей на фазы: приготовиться, прицелиться, бросить. В игровых заданиях движения выполняются слитно. Необходимо следить, чтобы дети проделывали упражнения правой и левой руками. При ловле мяча одной рукой его встречают кончиками пальцев, ладонью, после чего рука с мячом плавным движением отводится немного назад, если мяч летит навстречу, или вниз, если мяч падает сверху. Движения рук и кистей смягчают прием мяча. Во время ловли мяча ребенку необходимо смотреть на мяч, пока он не возьмет его в руки. Такими же мягкими и плавными движениями осуществляется отбивание мяча об пол как на месте, так и с продвижением вперед. Последнее называется ведением мяча. Поступательное движение мячу придают кисти и предплечья.

Задания для старшей группы активно стимулируют проявление разных физических качеств – ловкости, точности, быстроты, чувства ритма, силы, выносливости. Например (для развития ловкости): подбрасывание и ловля мячей из разных положений – стоя на коленях. Сидя по – турецки, другие упражнения из «Школы мяча».

На занятиях и в самостоятельных играх у детей седьмого года совершенствуются и закрепляются навыки всех способов катания, бросания и ловли. Значительно улучшается владение мячом. Широко используются упражнения из «Школы мяча». К концу учебного года ребята осваивают технику перебрасывания мяча друг другу двумя руками снизу, от груди, сверху, а также двумя руками с отскоком от земли. Дети упражняются в перебрасывании мяча и во время передвижения в парах. Стоя на месте, из разных исходных положений, через сетку.

Совершенствуются навыки ведения мяча правой и левой руками. Становится возможным ведения мяча на большой скорости, на значительном расстоянии (20-30м), выполнение при этом дополнительных заданий. В результате упражнений движения ребенка становятся координированными, он овладевает умением управлять мячом, мягко отталкивая его кистью. Чтобы проверить степень владения мячом, предлагаю ребятам игровые варианты «Ведения мяча с закрытыми глазами», например: вести низко у самого пола. Дети могут выполнять сложные точные движения с мячом, развивая ловкость: удары об стенку с заданиями, «Вперед с мячом», «Не теряй мяч», «Передай мяч», «Пройди с мячом». Игры с мячом развиваются товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, решительности, смелости. Дети учатся управлять своими движениями в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях. Считаю, что упражнения и игры с мячом являются средствами, гармонически развивающими ребенка, дающими значительный оздоровительный и воспитательный эффект, обеспечивают необходимую физическую нагрузку на все группы мышц. Поэтому освоение детьми владения мячом занимает одно из ведущих мест в моей физкультурно – оздоровительной работе с дошкольниками.

Цель программы: стимулировать интерес детей к занятиям физической культурой и спортом, предусматривает воспитание чувства ответственности за свое здоровье.

Исходя из данной цели, поставлены следующие **задачи**:

• **Образовательные:**

1. Учить детей передавать — ловить мяч, развивать умения согласовывать действия с товарищами;
2. Развивать глазомер, контролировать траекторию полета мяча;
3. Обучать основным способам ведения и владения мяча в игровых формах;
4. Учить детей передавать двумя руками от груди, ловить его;
5. При ведении мяча не бить по нему, а толкать его вниз, вести мяч вперед — сбоку, а не прямо перед собой, смотреть вперед, а не вниз перед собой (это сложная техника, которую дети осваивают постепенно).

• **Воспитательные задачи:**

1. Развивать у детей интерес к подвижным играм и физическим упражнениям с использованием разных предметов;
2. Формировать у детей умение играть дружно, согласовывая свои действия с действиями других;
3. Побуждать детей к самостоятельности и умению проявлять активность в играх и упражнениях.

• **Развивающие задачи:**

1. Развивать физические способности детей.

• **Оздоровительные задачи:**

1. Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
2. Создавать условия для удовлетворения естественной потребности детей в движении;
3. Дозировать физическую нагрузку с учетом состояния здоровья детей и их функциональных возможностей.

Направленность: физкультурно-оздоровительная

Место занятий в учебном плане

Занятия секции «Школа мяча» проводятся для детей старшего дошкольного возраста 1 раз в неделю в вечернее время инструктором по физической культуре. Общее количество занятий за учебный год – 35. Срок реализации рабочей программы 2 года. Продолжительность занятия – 25-30 минут.

Педагогический анализ знаний, умений, навыков детей (диагностика) проводится 2 раза в год (вводный – в сентябре, итоговый – в мае).

Педагогическая диагностика освоения детьми техники владения мячом проводится по критериям, предложенным Николевой Н.И. («Уровни усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом»).

Планируемые результаты освоения программы «Школа мяча»

В результате освоения данной программы воспитанник должен уметь:

- бросать мяч вверх, об землю и ловить его несколько раз подряд одной и двумя руками;
- прокатывать набивные мячи из разных исходных положений: стоя, сидя, стоя на коленях;
- перебрасывать мяч из разных положений, во время ходьбы и бега;
- перебрасывать мяч друг другу через сетку;
- передавать мяч с отскоком от пола из одной руки в другую стоя и в движении;
- отбивать мяч одной рукой от пола на месте и в движении;
- вести мяч, продвигаясь вперед бегом, прыжками, между предметами;
- бросать мяч в цель из положений стоя, на коленях, сидя;
- забрасывать мяч в баскетбольное кольцо.

ДИАГНОСТИКА

Уровни усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом

Старшая группа

Низкий. Неуверенно выполняет сложные упражнения с мячом. Не замечает своих ошибок. Не обращает внимание на качество действий с мячом. Не соблюдает заданный темп и ритм работы с мячом.

Средний. Технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Не совсем уверенно и точно выполняет действия с мячом в заданном темпе.

Высокий. Уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом. Способен придумать новые варианты с мячом.

Подготовительная к школе группа

Низкий. Допускает ошибки в основных упражнениях с мячом. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке.

Средний. Технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом, проявляет усилия, активность и интерес. Способен оценить движения, с мячом других детей, упорен в достижении своей цели. Может придумать и выполнить несложные действия с мячом.

Высокий. Технически правильно, результативно, уверенно, точно, выполняет все упражнения с мячом. Правильно оценивает движения с мячом других детей. Проявляет элементы творчества в работе с мячом. Самостоятельно составляет простые упражнения с мячом.

Диагностическая методика на выявление уровня усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом

- Броски мяча вверх и ловля его:
не менее 10 раз – 3 балла,
от 5 до 10 раз – 2 балла,
менее 5 – 1 балл.
- Отбивание мяча об пол одной рукой:
не менее 10 раз подряд – 3 балла,
от 5 до 10 раз – 2 балла,
менее 5 – 1 балл.
- Отбивание правой – левой рукой на месте:
не менее 10 раз подряд – 3 балла,
от 5 до 10 раз – 2 балла,
менее 5 – 1 балл.
- Ведение мяча, продвигаясь бегом:
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Перебрасывание мяча через сетку друг другу:
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо:
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Ведение мяча прыжками:
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Бросание мяча вдали до указанных ориентиров:
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет упражнение – 3 балла,
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
не справляется с выполнением задания – 1 балл.

Комментарий к проведению диагностики

Все оценки показателей по каждому заданию суммируются. Наивысшее число баллов, которое может получить ребенок – 24. На основе набранной суммы можно дифференцировать детей по уровню усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом:

19-24 баллов - высокий уровень;
13-18 баллов - средний уровень;
8 -12 баллов - низкий уровень.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Формирование действий с мячом у детей старшего дошкольного возраста

Техника перемещения

Для успешного овладения действиями с мячом необходимо научить детей таким приемам перемещения, как стойка, бег, прыжки, повороты, остановки.

Как правильно стоять? Дети часто стоят на прямых, плотно сжатых ногах. Такая постановка не обеспечивает устойчивого положения, поэтому они часто теряют равновесие в последующих действиях. На первых занятиях дети не умеют распределять тяжесть тела на обе ноги и прямо держать тело, смещают центр тяжести на одну ногу, а туловище чрезмерно направляют вперед. Уже на 3-4м занятии они начинают принимать разное положение, что позволяет быстро включаться в активные действия, перемещаясь в нужном направлении. Следует научить детей принимать и в дальнейшем сохранять основную стойку, из которой можно быстро, удобно и успешно выполнять любые действия с мячом и без мяча. Она состоит в следующем: ноги согнуты в коленях, расставлены на ширине плеч, одна из них выставлена на полшага вперед. Тело направляется вперед, тяжесть его распределяется равномерно на обе ноги. Руки согнуты в локтях, прижаты к туловищу.

Передвижение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, остановками и поворотами. Во время бега ребенок должен ставить ногу на всю стопу или использовать перекат с пятки на носок. При этом нога значительно сгибается в коленном суставе. Расслабленные руки, полусогнутые в локтях, двигаются свободно.

Остановки

Детей дошкольного возраста следует обучать остановке двумя шагами. Обучение этим способом, во многом облегчает последующие обучение передаче мяча в движении, броску мяча в корзину после его ведения и.т. д. Остановка начинается с энергичного отталкивания одной ногой. Ребенок делает удлиненный, стопорящий шаг и немного отклонившись на опорную ногу, выполняет второй шаг. Инерция бега погашается сгибанием ног, тяжесть тела распределяется равномерно.

Следует обращать внимание на постановку ног и равномерное распределение тяжести тела, на правильное положение корпуса. В дальнейшем дети приучаются занимать правильную стойку в игровых упражнениях и играх.

В передвижении приставными шагами необходимо следить, чтобы шаги были скользящими, а не подпрыгивающими, движения мягкими.

При обучении остановкам следует придерживаться такой последовательности: остановка после ходьбы шагом, затем после медленного бега и внезапная остановка. Вначале остановки выполняются свободно, а затем внезапно, по звуковым и зрительным сигналам.

Упражнения для обучения стойке и передвижению по площадке

1. Построение: дети разбегаются по площадке с мячом в руках.

Выполнение: свободно играют на площадке, выполняют разные движения с мячом; после сигнала воспитателя быстро ловят мяч и принимают правильную стойку.

2. Построение: дети без мячей распределяются по кругу, лицом к середине его, на расстоянии 2-3 шагов друг от друга.

Выполнение: передвигаются приставным шагом в сторону, указанную воспитателем. Воспитатель часто меняет направление передвижения.

Техника удержания мяча

1.Мяч держать на уровне груди.

2.Руки согнуты, пальцы широко расставлены.

3.Локти опущены вниз, мышцы рук расслаблены.

Возможные ошибки: узкое расположение пальцев на мяче, разведение локтей в стороны, держание мяча высоко.

Пути исправления: контролировать широкое расположение пальцев, не закрывать лицо мячом.

Правила ловли мяча

1. Мяч ловить кистями рук, не прижимая к груди, продвигаясь навстречу летящему мячу.

2. Не задерживать мяч в руках, быстро действовать с ним.

Возможные ошибки: стремление зажать мяч, обхватить его руками; узкое расположение пальцев и ловля напряженными кистями рук; прием мяча на заранее согнутые руки, без амортизирующего движения.

Правила передачи мяча

1. Локти опустить вниз.

2. Бросай мяч на уровне груди партнера.

3. Сопровождай мяч взглядом и руками.

Возможные ошибки: неправильная стойка – плотно сжатые и прямые ноги; чрезмерное разведение локтей в стороны.

Пути исправления: контролировать постановку ног, сохранять положение незначительного полуприседа; следить, чтобы полусогнутые руки в локте касались туловища.

Упражнения для обучения ловле и передаче мяча

1. Построение: дети встают в две шеренги, лицом друг к другу на расстоянии 2-3м.

Выполнение: дети в парах передают мяч друг другу.

Вариант. Мяч имеет один ребенок из первой пары. После сигнала он передает мяч напарнику из второй шеренги, тот возвращает мяч в первую шеренгу. Второй ребенок из первой шеренги бросает мяч ребенку второй шеренги, стоящему напротив и.т.д.

Так мяч путешествует из одной шеренги в другую, не пропуская никого из игроков. Последний ребенок, поймав мяч, бежит вперед и становится первым в своей шеренге.

2. Построение: дети по трое становятся в одну линию на расстоянии 2м один от другого. Мяч находится у среднего ребенка каждой тройки.

Выполнение: в середине стоящий ребенок бросает мяч сначала стоящему справа, получает от него мяч и бросает стоящему слева. Упражнения повторяется 6-8 раз.

Правила ведения мяча

1. Не бей по мячу, а толкай его вниз.

2. Веди мяч вперед - сбоку, а не прямо перед собой.

3. Смотри вперед, а не вниз на мяч.

Возможные ошибки: туловище сильно наклонено вперед, прямые ноги: удары по мячу расслабленной ладонью, узкое расположение пальцев на мяче; ведение мяча прямо перед собой.

Пути исправления: соблюдать правильную стойку, толкать мяч вниз кистью руки за счет сгибания и разгибания ее в локтевом суставе и мягкого направляющего толчка пальцами; следить за расстановкой пальцев; мяч посыпать вперед – в сторону предстоящего движения.

Упражнения для обучения ведению мяча

1. Ведение мяча на месте, активно толкая его вниз правой, затем левой рукой.

2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой, накладывая правую кисть сверху справа, а затем левую – сверху слева.

3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой и попеременно правой и левой рукой.

4. Ведение мяча по кругу правой и левой рукой.

5. Построение: дети строятся в две разомкнутые шеренги.

Выполнение: первый ребенок первой шеренги ведет мяч, передает его первому игроку второй шеренги и сам становится на его место; тот ведет и передает мяч второму игроку первой шеренги и выполняет то же самое. Второй игрок первой шеренги передает мяч второму игроку второй шеренги, тот третьему игроку первой шеренги и.т.д. Последний ребенок первой шеренги, получив мяч, ведет его вдоль колонны, отдает мяч и сам остается на его месте. Упражнение повторяется.

Правила броска мяча в корзину

1. Бросая мяч, не опускать голову, сопровождая его руками.

2. Смотреть в передний край кольца, если бросаешь стоя прямо перед корзиной. Если находиться не по прямой перед корзиной, бросать нужно с отскоком от щита – прицеливаться в ту точку, в которую хочешь попасть мячом.

3. Бросать мяч смело; если мяч не попадет, не падай духом, повтори еще раз или передай мяч партнеру, который находится в более удобном положении.

Возможные ошибки: неправильное исходное положение – ноги вместе, прямые; несогласованное движение рук и ног; выпуск мяча усилием плеча и предплечья со слабым участием кисти руки.

Пути исправления: соблюдать правильную стойку; при броске одновременно выпрямлять руки и ноги (после выпуска мяча кисть руки сгибается).

Упражнения для обучения броскам мяча в корзину

1. Построение: дети строятся в две колонны по 4-6 в каждой напротив одной корзины. Одна колонна занимает место с одной стороны корзины, другая – с другой.

Выполнение: стоящие первыми выполняют бросок, стараясь попасть в корзину, ловят мяч и становятся в конец своей колонны. То же самое повторяют и другие игроки.

Подвижные игры, подготавливающие к обучению дошкольников технике владения мячом.

• Игры, подготавливающие к броску мяча в корзину:

«У кого меньше мячей», «Меткий стрелок», «Чья команда больше», «Горячий блин», «Не урони мячик», «Лови-бросай», «Мячом в цель», «Не опусти мяч».

• Игры с ведением мяча:

«Скажи, какой цвет», «Вызовы по номерам», «Проведи мяч», «Ловец с мячом», «Шмель».

• Игры, подготавливающие к броску мяча в кольцо:

«Ловкая пара», «Пять бросков», «Прыгни выше», «Перебежки», «Воздушные шары», «Катапульта».

• Игры, с передачей и ведением мяча:

«Борьба за мяч», «Зашита крепости», «Мяч – капитану», «Охотник и зайцы», «Выбивалы», «Картошка», «Успей поймать», «Из обруча – в обруч», «Попади в окошко».

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

I год обучения

35 занятий

Тематическая программа по разделу «Школа мяча»

Старшая группа

1. Прокатывание мяча одной рукой и двумя руками из разных положений между предметами (ширина 90—40 см, длина 3—4 м).
- 2 . Броски мяча вверх и ловля его на месте не менее 10 раз подряд.
3. Подбрасывание мяча с хлопками и другими заданиями на месте.
4. Броски мяча вверх и ловля его в движении не менее 10 раз подряд.
5. Подбрасывание с хлопками и другими заданиями в движении.
6. Броски мяча об пол и ловля двумя руками на месте не менее 10 раз подряд.
7. Отбивание одной рукой на месте не менее 10 раз.
8. Броски мяча об пол и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд в движении.
9. Отбивание правой или левой рукой в движении (на 5-6м).
10. Передача мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя.
11. Перебрасывание друг другу и ловля мяча сидя и стоя, стоя спиной друг к другу, разными способами, в разных построениях.
12. Перебрасывание мяча через сетку.
13. Прокатывание набивного мяча друг другу.
14. Прокатывание ворота набивного мяча друг другу.
15. Перебрасывание набивного мяча друг другу.
16. Забрасывание в баскетбольное кольцо.
17. Бросок мяча об стенку и ловля его двумя руками.

Учебно – тематический план (первый год обучения)

№	Раздел	Кол-во	Теор.- прак.	Практич
1	Техника безопасности на занятии с мячом. История возникновения спортивных игр	1	1	
2	Диагностика	4		4
3	Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений между предметами (ширина 90-40 см, длина 3-4м)	1		1
4	Бросок мяча вверх и ловля его после хлопка на месте не менее 10 раз	2		2
5	Бросок мяча вверх и ловля его двумя руками в движении	2		2
6	Отбивание мяча одной рукой на месте и в движении	4		4
8	Перебрасывание мяча друг другу разными способами на месте	4		4

9	Перебрасывание мяча друг другу в движении	2		2
10	Перебрасывание мяча через сетку	4		4
11	Перебрасывание набивного мяча друг другу	1		1
12	Упражнения на фитболах	1		1
13	Забрасывание мяча в корзину	5		5
14	Бросание мяча о стенку и ловля его двумя руками	2		2
15	Школа мяча	1		1
16	Итоговое	1	1	
	Итого:	35	2	33

Календарно-тематическое планирование
(1 год обучения)

№ п/п	Тема занятия	Задачи	Содержание	Количество часов	Дата
1	Сентябрь Техника безопасности на занятиях с мячом. История возникновения спортивных игр	1. Познакомить с основными правилами поведения во время занятий с мячом 2. Углубить представление детей о спортивных играх. 3. Познакомить с историей возникновения мяча. 4. Развивать ориентировку в пространстве	<ul style="list-style-type: none"> • Знакомство с историей возникновения мяча • Беседа «Спортивные игры с мячом» • Д/и «Что это за мяч?» • П/и «Пятнашки с мячом» 	1	06.09.2017г.
2	Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей	<ul style="list-style-type: none"> • Броски мяча вверх и ловля его не менее 10 раз • Отбивание мяча об пол одной рукой • Отбивание правой – левой рукой на месте • Ведение мяча, продвигаясь бегом 	1	13.09.2017г.
3	Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей	<ul style="list-style-type: none"> • Перебрасывание мяча через сетку друг другу • Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо • Ведение мяча прыжками • Бросание мяча вдаль до указанных ориентиров 	1	20.09.2017г.

4	Броски мяча	1. Учить подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками после хлопка в ладоши 2. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. при прокатывании мяча. 3. Воспитывать самостоятельность.	<ul style="list-style-type: none"> • Броски мяча вверх и ловля его после хлопка на месте не менее 6-8 раз подряд • Прокатывания мяча одной рукой и двумя руками из разных и.п. между предметами (ширина 90-40см., длина 3-4м.) • Прокатывание мяча ногами по прямой • П/и «Успей поймать» 	1	27.09.2017г.
5	<u>Октябрь</u> Броски мяча	1. Продолжить учить бросать мяч вверх с хлопками 2. Упражнять в перебрасывании мяча. 3. Воспитывать ловкость	<ul style="list-style-type: none"> • Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками после хлопка • Перебрасывание мяча друг другу из разных и.п. • П/и «Ловец с мячом» 	1	04.10.2017г.
6	Броски мяча	1. Отрабатывать броски мяча вверх в движении. 2. Развивать глазомер, координации движений. 3. Отрабатывать бросок мяча ногой в цель	<ul style="list-style-type: none"> • Броски мяча вверх и ловля его в движении не менее 10 раз подряд • Броски мяча об пол и ловля его на месте не менее 10 раз • Броски мяча ногой в цель • П/и «Ловец с мячом» 	1	11.10.2017г.
7	Броски мяча	1. Закреплять бросок мяча об пол и ловлю его двумя руками 2. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу 3. Воспитывать настойчивость 4. Учить передавать друг другу мяч ногами	<ul style="list-style-type: none"> • Броски мяча об пол и ловля его двумя руками в движении не менее 10 раз • Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя, сидя • Передача мяча друг другу в парах • П/и «Мяч в воздухе» 	1	18.10.2017г.
8	Перебрасывание мяча	1. Упражнять в передаче мяча в парах разными способами 2. Развивать ловкость, внимание, глазомер	<ul style="list-style-type: none"> • Перебрасывание, прокатывание мяча сидя и стоя друг к другу • Передача мяча друг другу с помощью ног 	1	25.10.2017г.

			• П/и «Мяч в воздухе»		
9	<u>Ноябрь</u> Прокатывание набивного мяча	1. Упражнять в прокатывании набивного мяча друг другу. 2. Закреплять броски мяча вверх и об пол 3. Развивать координацию движений, внимание	• Забрасывание мяча в корзину • Перекатывание набивного мяча друг другу • Ударить перед собой мяч, повернуться кругом, поймать мяч, подбрасывание мяча вверх с хлопком • П/и «Не урони мячик»	1	1.11.2017г.
10	Перебрасывание мяча	1. Учить перебрасывать мяч друг другу в движении 2. Совершенствовать метание набивного мяча. 3. Воспитывать выдержку	• Перебрасывание мяча парами в о время ходьбы • Метание набивного мяча из-за головы в цель • П/и «Гонка мячей по шеренгам»	1	8.11.2017г.
11	Перебрасывание мяча	1. Продолжать учить перебрасывать мяч друг другу в движении 2. Развивать быстроту, ловкость, умение быть организованным	• Перебрасывание мяча парами во время ходьбы • Прокатывание в ворота набивного мяча ногой • П/и «Мяч – капитану»	1	15.11.2017г.
12	Броски мяча	1. Упражнять в быстрой смене движений. 2. Закреплять умение работать в парах. 3. Развивать внимание 4. Формировать у детей умение согласовывать свои действия с действиями других	• Бросок мяча об стенку и ловля его двумя руками • Перебрасывание мяча через сетку в парах • Передача мяча друг другу парами с помощью ног • П/и «Снайперы»	1	22.11.2017г.
13	Отбивание мяча	1. Упражнять в отбивании мяча одной рукой на месте 2. Учить останавливать мяч ногой 3. Упражнять в быстрой смене движений	• Отбивание мяча правой и левой рукой на месте • Бросок мяча об стенку и ловля его двумя руками разными способами • Остановка мяча ногой	1	29.11.2017г.

		4. Развивать ловкость	• П/и «Лови - бросай»		
14	<u>Декабрь</u> Отбивание мяча	1. Учить отбивать мяч в движении 2. Развивать глазомер, ловкость при броске мяча в кольцо	• Отбивание мяча правой и левой рукой в движении шагом • Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо • Забрасывание мяча в ворота • П/и «Мячом в цель»	1	06.12.2017г.
15	Забрасывание мяча в корзину	1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в кольцо 2. Закрепить умение подбрасывать и мягко ловить мяч с хлопком 3. Побуждать детей к самостоятельности при выполнении упражнений	• Забрасывание мяча в корзину от груди, двумя руками • Подбрасывание мяча с хлопками в движении • П/и «Меткий стрелок»	1	13.12.2017г.
16	Перебрасывание мяча	1. Упражняться в перебрасывании мячей в парах разными способами 2. Развивать силу броска, точность движений, глазомер	• Перебрасывание мяча в парах разными способами (снизу, из-за головы, от груди) • Перебрасывание мяча одной рукой, ловля 2 руками • П/и «Ловкая пара»	1	20.12.2017г.
17	Перебрасывание мяча	1. Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях 2. Развивать чувство ритма, точности 3. Формировать у детей желание играть дружно	• Перебрасывание мяча в парах с отскоком от земли • Перебрасывание мяча друг другу одной рукой, ловля двумя руками • П/и «Ловишка с мячом»	1	27.12.2017г.
18	<u>Январь</u> Забрасывание мяча в корзину	1. Учить забрасывать мяч в кольцо с двух шагов 2. Продолжать учить принимать правильное и.п. при метании в вертикальную цел.	• Забрасывание мяча в корзину с 2-х шагов • Метание мяча в вертикальную цель (с 3 – 4 м.) • Броски мяча в цель (ворота) с помощью ног	1	10.01.2018г.

		3. Упражнять в забрасывании мяча в ворота	• П/и «Прыгни выше»		
19	Броски мяча	1. Учить определять направление и скорость мяча 2. Закреплять игровые упражнения с мячом 3. Развивать быстроту, ловкость, выносливость	• Бросок мяча об стену и ловля его (с хлопком) • Броски мяча вверх, ловля мяча сидя и др. • П/и «Не урони мяч»	1	17.01.2018г.
20	Перебрасывание мяча	1. Учить правильно, ловить и бросать мяч, регулировать силу броска. 2. Упражнять в передаче мяча друг другу ногами 3. Развивать координацию движений, глазомер, внимание	• Перебрасывание мяча через сетку одной рукой, ловля двумя руками (в парах) • Перебрасывание мяча с одной руки в другую в движении • Передача мяча друг другу ногами • П/и «Охотники и зайцы»	1	24.01.2018г.
21	Отбивание мяча	1. Отрабатывать навык ведения мяча в движении до обозначенного места 2. Упражнять в остановке мяча ногой 3. Развивать ловкость, мышление	• Отбивание мяча правой, левой рукой в движении • Перебрасывание мяча друг другу в парах в движении шагом • Остановка мяча ногой • П/и «Проведи мяч»	1	31.01.2018г.
22	<u>Февраль</u> Перебрасывание мяча	1. Продолжать учить правильно, ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. Упражнять в непроизвольном действии с мячами. 3. Развивать координацию	• Перебрасывание мяча стоя и сидя друг к другу • Сидя бросить мяч, вскочить на ноги и поймать его • П/и «Борьба за мяч»	1	7.02.2018г.
23	Упражнения на мячах – фитболах	1. Продолжить обучение правильной посадке на мяч -фитбол 2. Развивать выносливость, координацию движения	• Прокатывание фитбола по г/скамейке; между ориентирами • Упражнения с фитболами (сидя, лежа) • Эстафеты на фитболах	1	14.02.2018г.

24	Перебрасывание мяча	1. Отрабатывать умение быстро и точно передавать мяч друг другу 2. Отрабатывать умение передачи мяча дуг другу ногами 3. Упражняться в прыжках на мячах – фитболах	<ul style="list-style-type: none"> • Перебрасывание мяча из – за головы через сетку • Передача мяча друг другу ногой на точность • Прыжки на мячах – фитболах • П/и «Снайперы» 	1	21.02.2018г.
25	Забрасывание мяча в корзину	1. Упражнять в броске мяча по баскетбольному щитку , с последующим попаданием в кольцо 2. Совершенствовать навыки ведения мяча 3. Продолжать учить регулировать силу отталкивания н/мяча	<ul style="list-style-type: none"> • Бросок мяча в цель • Отбивание мяча правой, левой рукой в движении между ориентирами • Прокатывание в ворота набивного мяча друг другу • П/и «Вызов номеров» 	1	28.02.2018г.
26	<u>Март</u> Забрасывание мяча в корзину	1. Продолжать учить технике выполнения броска по кольцу 2. Развивать равновесие, координацию движений при балансировке на фитболе	<ul style="list-style-type: none"> • Забрасывание мяча в корзину от груди двумя руками • Из положения, лежа на (фитболе) на животе переход, прокатываясь вперед (руки упор на полу) • П/и «Чья команда больше» 	1	7.03.2018г.
27	Перебрасывание мяча	1. Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнёру. 2. Отрабатывать мягкую ловлю мяча двумя руками с хлопком. 3. Упражнять в передаче мяча ногами	<ul style="list-style-type: none"> • Перебрасывание мяча через сетку в парах • Броски мяча вверх, с хлопками за спиной • Передача мяча в парах, тройках с помощью ног • П/и «Попади мячом в цель» 	1	14.03.2018г.
28	Отбивание мяча	1. Упражнять в отбивании мяча на месте и с продвижением вперёд 2. Развивать равновесие, координацию движений при балансировке на фитболе	<ul style="list-style-type: none"> • Отбивание мяча на месте левой-правой рукой и с продвижением по кругу • Балансировка на фитболе (сидя, руки в стороны; лежа на животе, руки в стороны) • П/и «Догони мяч» 	1	21.03.2018г.

		3. Воспитывать уверенность			
29	Перебрасывание и ловля мяча	3. Развивать у детей интерес к подвижным играм, умение играть в команде	<ul style="list-style-type: none"> Игра в «Пионербол» по упрощённым правилам 	1	26.03.2018г.
30	<u>Апрель</u> Перебрасывание набивного мяча	1. Упражнять в передаче мяча через сетку одной рукой и ловле двумя руками 2. Продолжить правильно бросать и ловить мяч, регулировать силу броска	<ul style="list-style-type: none"> Перебрасывание мяча через сетку парами Перебрасывание набивного мяча друг другу из разных и.п. и разными способами П.И. «Попади в окошко» 	1	4.04.2018г.
31	Школа мяча	1. Упражнять в выполнении игровых упражнений с мячом 2. Формировать умение играть дружно, согласовывать свои действия с действиями других	<ul style="list-style-type: none"> Перебрасывание мяча, ведение мяча, броски в кольцо Линейные и круговые эстафеты с мячом 	1	11.04.2018г.
32	Забрасывание мяча в корзину	1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в кольцо 2. Закреплять умение занимать правильное и.п. при метании на дальность	<ul style="list-style-type: none"> Забрасывание мяча в корзину с 2 шагов Метание набивного мяча на дальность Перебрасывание набивного мяча друг другу П/и «Снайперы» 	1	18.04.2018г.
33	<u>Май</u> Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей	<ul style="list-style-type: none"> Броски мяча вверх и ловля его не менее 10 раз Отбивание мяча об пол одной рукой Отбивание правой – левой рукой на месте Ведение мяча, продвигаясь бегом 	1	2.05.2018г.
34	Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей	<ul style="list-style-type: none"> Перебрасывание мяча через сетку друг другу Забрасывание мяча в баскетбольное 	1	16.05.2018г.

			кольцо • Ведение мяча прыжками • Бросание мяча вдаль до указанных ориентиров		
35	Итоговое	Подведение итогов первого года обучения	• Развлечение «Праздник мяча»	1	23.05.2018г.
	Итого: 35 занятий			35 часов	

II год обучения

Тематическая программа по разделу «Школа мяча»

35 занятий

Подготовительная к школе группа

1. Броски мяча вверх, об землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз.
2. Броски мяча вверх, об землю и ловля его одной рукой не менее 10 раз.
3. «Школа мяча» стоя на месте.
4. Прокатывание набивных мячей из разных исходных положений (стоя, сидя).
5. Перебрасывание набивных мячей разными способами (снизу, от груди, из-за головы).
6. Перебрасывание набивных мячей из разных исходных положений (стоя, сидя, стоя на коленях).
7. Перебрасывание из разных положений (сидя, стоя, лежа).
8. Перебрасывание мячей друг другу во время ходьбы.
9. Перебрасывание мячей друг другу во время бега.
10. Перебрасывание через сетку.
11. Передавание мяча с отскоком от пола из одной руки в другую.
12. Передавание мяча с отскоком от пола из одной руки в другую в движении.
13. Отбивание мяча на месте не менее 10 раз одной рукой.
14. Отбивание мяча в движении по кругу.
15. Ведение мяча, продвигаясь между предметами.
16. Ведение мяча с дополнительными заданиями (поворотами).
17. Ведение мяча, продвигаясь бегом.
18. Ведение мяча прыжками.
19. Бросание мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя.
20. Бросание мяча в даль до указанных ориентиров.
21. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.
22. «Школа мяча» у стенки.

Учебно-тематический план (второй год обучения)

№	Раздел	Кол-во	Теор-практич	Практич
1	Техника безопасности на занятии с мячом	1	1	
2	Диагностика	4		4
3	Беседа о спортивной игре «волейбол»	1	1	
4	Беседа о спортивной игре «баскетбол»	1	1	
5	Беседа о спортивной игре «футбол»	1	1	
6	Броски мяча вверх, об землю, стенку и ловля его двумя руками с разными заданиями	4		4

7	Отбивание мяча	2		2
8	Отбивание мяча ногой	1		1
9	«Школа мяча	2		2
10	Перебрасывание мячей разными способами	5		5
11	Забрасывание в корзину	3		3
12	«Пионербол»	2		2
13	Ведение мяча	4		4
14	Балансировка на фитболах	2		2
15	Бросание и ловля набивного мяча	1		1
16	Итоговое	1	1	
	Итого:	35	5	30

Календарно-тематическое планирование

(2 год обучения)

№ п/п	Тема занятия	Задачи	Содержание	Количество часов	Дата
1	<u>Сентябрь</u> Техника безопасности на занятиях спортивными играми. История возникновения мяча	1. Закрепить знания о правилах поведения во время занятий с мячом Углубить представление детей о спортивных играх с мячом 2. Познакомить с историей возникновения мяча 1. Развивать внимание	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа о правилах поведения • Знакомство с историей возникновения мяча • Беседа «Спортивные игры с мячом». • Д/и «что это за спортивная игра?» • И.М.П. « У кого мяч?» 	1	06.09.2017г.
2	Диагностика	2. Выявить уровень физической подготовленности детей	<ul style="list-style-type: none"> • Броски мяча вверх и ловля его не менее 20 раз • Отбивание мяча об пол одной рукой в движении • Отбивание правой – левой рукой на месте • Ведение мяча, продвигаясь бегом 	1	13.09.2017г.
3	Диагностика	3. Выявить уровень физической подготовленности детей	<ul style="list-style-type: none"> • Перебрасывание мяча через сетку друг другу • Забрасывание мяча в корзину • Ведение мяча прыжками • Бросание мяча вдаль до указанных ориентиров 	1	20.09.2017г.

4	Школа мяча стоя на месте, у стенки	Закрепить знания о развивающих упражнениях с мячом	<ul style="list-style-type: none"> И.У. «Подбрось-поймай» И.У. «Проведи – не задень» И.У. «Поймай от стены» 	1	27.09.2017г.
5	<u>Октябрь</u> « Пионербол»	3. Закрепить правила игры в «Пионербол» 4. Воспитывать умение играть командой	Спортивная игра «Пионербол» по упрощённым правилам И.М.П. «У кого мяч?»	1	04.10.2017г.
6	Беседа о спортивной игре «Волейбол»	1. Познакомить детей со спортивной игрой волейбол, правилами игры 2. Закреплять умение мягко ловить мяч кистями рук 3. Воспитывать целеустремленность	<ul style="list-style-type: none"> Беседа о спортивной игре «Волейбол» Броски мяча вверх и ловля его с дополнительными заданиями П/и «Ловишка с мячом» 	1	11.10.2017г.
7	Беседа о спортивной игре «Баскетбол»	1. Познакомить детей со спортивной игрой баскетбол, правилами игры 2. Упражняться в забрасывании мяча в корзину, мягкой ловле кистями рук 3. Развивать глазомер, ловкость	<ul style="list-style-type: none"> Беседа о спортивной игре «Баскетбол» Забрасывание мяча в корзину Броски мяча вверх и ловля после хлопка в движении П/и «Охотники и зайцы» 	1	18.10.2017г.
8	Беседа о спортивной игре «Футбол»	1. Познакомить детей со спортивной игрой футбол, правилами игры 2. Закреплять умение мягко ловить мяч ногой 3. Воспитывать целеустремленность	<ul style="list-style-type: none"> Беседа о спортивной игре «Футбол» Забрасывание мяча в ворота Броски мяча друг другу П/и «Охотники и зайцы» 	1	25.10.2017г.
9	<u>Ноябрь</u> Броски мяча	1. Учить бросать мяч об пол и ловить его в движении 2. Закрепить навык перебрасывания мяча 3. Закреплять навык передачи друг другу мяча с помощью ног 4. Развивать глазомер, координацию движений	<ul style="list-style-type: none"> Броски мяча вверх и ловля его Перебрасывание мяча через сетку парами Передача мяча друг другу ногами парами, в тройках П/и «Лови – бросай» 	1	1.11.2017г.

10	Броски мяча	1. Учить бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно 2. Развивать ловкость при ловле мяча 3. Останавливать мяч в движении ногой 4. Воспитывать настойчивость в достижении результатов	<ul style="list-style-type: none"> • Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно • Присесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги, поймать мяч • Остановка движущегося мяча с помощью ног • П/и «Борьба за мяч» 	1	8.11.2017г.
11	Отбивание мяча ногой	1. Закреплять умение отбивать движущийся мяч ногой 2. Закреплять умение бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно 3. Развивать внимание, координацию движений	<ul style="list-style-type: none"> • Остановка и отбивание мяча с помощью ног • Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно • Перебрасывание мяча друг другу парами в движении • П/и «Кого назвали, тот и ловит» 	1	15.11.2017г.
12	Перебрасывание мячей	1. Учить перебрасывать и ловить два мяча одновременно 2. Совершенствовать прыжки 3. Развивать ловкость 4. Воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений	<ul style="list-style-type: none"> • Перебрасывание двух мячей в парах одновременно • Прыжок возле кольца, дотягиваясь рукой до сетки • Забрасывание мяча в корзину с двух шагов • П/и «Прыгни выше» 	1	22.11.2017г.
13	Отбивание мяча	1. Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. 2. Упражнять в метании набивного мяча на дальность. 3. Развивать чувство ритма	<ul style="list-style-type: none"> • Отбивание мяча поочередно правой, левой рукой • Перебрасывание двух мячей в парах одновременно • Метание набивного мяча на дальность • П/и «Гонка мячей по шеренгам» 	1	29.11.2017г.
14	<u>Декабрь</u>	1. Упражнять в балансировании на фитболе, сохраняя равновесие	• Балансировка на фитболе (сидя, руки в стороны; лежа на животе, руки в стороны	1	06.12.2017г.

	Балансировка на фитболе	2. Продолжать учить перебрасывать мяч через сетку 3. Совершенствовать навыки ведения мяча 4. Создавать условия для удовлетворения естественной потребности детей в движении	<ul style="list-style-type: none"> Игровые упражнения с фитболом Перебрасывание мяча через сетку одной рукой и ловля двумя Ведение мяча в движении змейкой между предметами П/и «Меткий стрелок» 		
15	Забрасывание мяча в корзину	1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину 2. Упражнять в быстрой смене движений. 3. Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру. 4. Закреплять умение забрасывать мяч в ворота в движении. 5. Развивать ориентировку в пространстве	<ul style="list-style-type: none"> Забрасывание мяча в корзину с двух шагов Прокатывание набивного мяча из разных и.п. Перебрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками Броски мяча в ворота в движении П/и «Горячая картошка» 	1	13.12.2017г.
16	Бросание и ловля набивного мяча	1. Учить соразмерять силу броска с расстоянием 2. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук 3. Развивать глазомер	<ul style="list-style-type: none"> Бросание и ловля набивного мяча Забрасывание мяча в корзину с двух шагов Перебрасывание мяча в парах разными способами П.И. «Защита крепости» 	1	20.12.2017г.
17	Ведение мяча	1. Учить вести мяч с поворотом 2. Закрепить умение делать хороший замах, энергичный бросок 3. Закрепить умение вести мяч ногой, с помощью ориентиров 4. Развивать выносливость	<ul style="list-style-type: none"> Ведение мяча с поворотом Бросание мяча до указанного ориентира Прыжки на фитболах Ведение мяча ногой змейкой П/и «Мяч капитану» 	1	27.12.2017г.
18	<u>Январь</u> Ведение мяча	1. Учить управлять мячом, мягко отталкивая кистью. 2. Закреплять умение работать в парах.	<ul style="list-style-type: none"> Ведение мяча, продвигаясь бегом. Перебрасывание мяча в парах разными способами 	1	10.01.2018г.

		3. Развивать внимание	<ul style="list-style-type: none"> Подбрасывание и ловля мяча с выполнением дополнительных заданий П/и «Мяч - ловец» 		
19	Перебрасывание мяча	1. Учить ловко, принимать и точно передавать мяч друг другу 2. Развивать ориентировку в пространстве 3. Воспитывать умение играть командой	<ul style="list-style-type: none"> Перебрасывание мяча друг другу через сетку Отбивание мяча Передача мяча ногой в движении П/и «У кого меньше мячей» 	1	17.01.2018г.
20	Броски мяча	1. Упражняться в отбивании мяча от стены пальцами рук 2. Упражняться в перебрасывании мяча ногой друг другу в движении 3. Развивать глазомер, ловкость, чувство ритма	<ul style="list-style-type: none"> Броски мяча о стену Передача мяча ногой в движении Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно П/и «Ловишка с мячом» 	1	24.01.2018г.
21	Забрасывание мяча В корзину	1. Закреплять навык забрасывания мяча в корзину. 2. Упражняться в быстрой и точной передаче мяча в парах 3. Упражняться в умении броска в ворота 4. Развивать глазомер, ловкость	<ul style="list-style-type: none"> Забрасывание мяча в корзину Перебрасывание мяча друг другу разными способами Бросание мяча в вертикальную цель Бросок мяча ногой в ворота П/и «Попади мячом в цель» 	1	31.01.2018г.
22	<u>Февраль</u> Перебрасывание мяча	1. Учить определять направление и скорость мяча, удерживать кистями рук 2. Передача мяча в парах 3. Развивать координацию движений	<ul style="list-style-type: none"> Перебрасывание мяча друг другу в движении Перебрасывание набивного мяча в парах П/и «Перебежки» 	1	7.02.2018г.
23	Балансировка на фитболе	1. Закреплять навык устойчивого равновесия при балансировке на фитболе. 2. Развивать внимание 3. Развивать у детей интерес к занятиям	<ul style="list-style-type: none"> Лежа на животе на фитболе, поворот на спину Балансировка на фитболе лежа на животе Перебрасывание мяча двумя руками из-за 	1	14.02.2018г.

		физическими упражнениями с использованием разных предметов	головы • Эстафеты с фитболами		
24	Отбивание мяча	1. Закреплять умение отбивать мяч ладонями в нужном направлении. 2. Упражнять в точной передаче мяча друг другу. 3. Закреплять умение останавливать мяч ногой в движении. 4. Совершенствовать технику движений	• Отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении • Перебрасывание мяча друг другу в парах • Остановка и передача мяча в движении • П/и «не урони мяч»	1	21.02.2018г.
25	Ведение мяча	1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. 2. Развивать ориентировку в пространстве	• Ведение мяча в разных направлениях, с остановкой на сигнал • Бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы • П/и «Лови – бросай»	1	28.02.2018г.
26	<u>Март</u> Ведение мяча	1. Упражнять в броске мяча в корзину с разного расстояния после ведения мяча 2. Мини-баскетбол 3. Побуждать к проявлению активности в командных играх	• Бросание мяча в корзину с разного расстояния после ведения мяча • Игра в Мини - баскетбол	1	7.03.2018г.
27	Забрасывание мяча в корзину	1. Продолжать учить занимать правильное и.п. при забрасывании мяча в корзину. 2. Закреплять умение броска мяча ногой в ворота на меткость 3. Отрабатывать навык отбивания мяча на месте 4. Развивать выносливость	• Забрасывание мяча в корзину с двух шагов • Бросок мяча в ворота на меткость • Отбивание мяча на месте • П/и «Муравьиный футбол»	1	14.03.2018г.
28	Броски мяча	1. Закреплять умение правильно ловить мяч, удерживать кистями рук	• Броски мяча с хлопком и ловля его в движении	1	21.03.2018г.

		2. Упражнять в точной передаче мяча друг другу 3. Развивать глазомер, ловкость	<ul style="list-style-type: none"> • Перебрасывание 2 мячей одновременно в парах • П/и «Перестрелка» 		
29	Перебрасывание мяча	1. Развивать точность движений при переброске мяча через сетку 2. Передача и остановка мяча ногой	<ul style="list-style-type: none"> • Перебрасывание мяча через сетку, отбивание толчком двух ладоней • Передача мяча ногой в движении • П/и «Гонка мячей в колоннах» 	1	26.03.2018г.
30	<u>Апрель</u> Перебрасывание мяча	1. Упражнять в перебрасывании мячей в парах 2. Развивать координацию движений 3. Воспитывать умение слышать указания по игре	<ul style="list-style-type: none"> • Перебрасывание мяча стоя и сидя друг к другу • Передача мяча через сетку одной рукой и ловля двумя в паре • П/и « Из обруча в обруч» 	1	4.04.2018г.
31	«Пионербол»	1. Развивать быстроту, сообразительность, ориентировку в пространстве 2. Формировать умение работать командой	<ul style="list-style-type: none"> • Подача мяча через сетку • Ловля мяча и перебрасывание на другую сторону • Построение и передвижение по площадке во время игры • И.М.П « У кого мяч» 	1	11.04.2018г.
32	Школа мяча	1. Упражнять в выполнении подводящих упражнений для выполнения диагностики	<ul style="list-style-type: none"> • Бросание мяча до указанного ориентира • Перебрасывание мяча друг другу в парах • Броски мяча в корзину 	1	18.04.2018г.
33	<u>Май</u> Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	<ul style="list-style-type: none"> • Броски мяча вверх и ловля его не менее 20 раз • Отбивание мяча об пол одной рукой в движении • Отбивание правой – левой рукой на месте • Ведение мяча, продвигаясь бегом 	1	2.05.2018г.

34	Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	<ul style="list-style-type: none"> • Перебрасывание мяча через сетку друг другу • Забрасывание мяча в корзину • Ведение мяча прыжками • Бросание мяча вдаль до указанных ориентиров 	1	16.05.2018г.
35	Итоговое	Подведение итогов 2 года обучения	<ul style="list-style-type: none"> • Развлечение «Праздник мяча» 	1	23.05.2018г.
	Итого: 35 занятий			35 часов	

Оборудование и инвентарь:

сетка баскетбольная - 2 шт.
кольцо баскетбольное – 2 шт.
щит баскетбольный – 2 шт.
сетка волейбольная – 3 шт.
мяч волейбольный – 1 шт.
мяч баскетбольный – 1 шт.
мяч резиновый – 40 шт.
мяч набивной – 8 шт.
мяч малый пластмассовый – 60 шт.
мяч фитбольный – 4 шт.
корзина пластмассовая – 1 шт.
ворота разных размеров – 3 шт.
скамейка гимнастическая – 3 шт.
обруч металлический – 5 шт.
обруч пластмассовый – 30 шт.
кегли – 2 комплекта
мат-2 шт.
скакалка-20 шт.
ракетка теннисная -1 пара
ракетки для бадминтона – 1 пара
стенка гимнастическая-4 шт.
лестница-2шт.
музыкальный центр – 1 шт.
нестандартное физкультурное оборудование
Спортивная площадка:
футбольные ворота-2 шт.
щит баскетбольный -2 шт.
шведская стенка- 3 шт.
перекладина для подтягивания- 3 шт.
стойка для пионербола-2 шт.
дуга для подлезания-6 шт.
щит для метания

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Николаева Н.И. Школа мяча: учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений.-ССб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008
2. Гришин В.Г., Серсо в детском саду: Пособие для воспитателя дет. Сада. (Из опыта работы). – М.: Просвещение, 1985. – 64 с., ил.;
3. Шпак В.Г., Элементы спортивных игр в детском саду: Пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования. – Мин.: УП «ИВЦ Минфина», 2004. – 138 с.;
4. Адашкявицене Э.Й., Баскетбол для дошкольников: Из опыта работы. – М.: Просвещение, 1983. – 79 с., ил.;
5. Фомина А.И., Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду: Пособие для воспитателя подгот к школе группы 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1984. – 159 с., ил.