

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
АДМИНИСТРАЦИЯ НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 1 комбинированного вида
Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Решением педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 1
комбинированного вида
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 30.08.2024 г

УТВЕРЖДЕНА:

Заведующим ГБДОУ детским садом № 1
комбинированного вида
Невского района Санкт-Петербурга
Приказ № 490 от 30.08.2024 г
О.Г. Коданева/



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Школа мяча - «Баскетбол»»

Срок освоения программы 7 месяцев
Возраст обучающихся от 3 до 7 лет

Разработчик:
Мещанинов Николай Андреевич

Санкт-Петербург
2024

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Школа мяча - «Баскетбол» имеет физкультурно-спортивную направленность

Адресат программы направлена на детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет

Актуальность программы

Занятия оказывают всестороннее влияние на организм ребенка, и это влияние наиболее значимо для растущего и развивающегося организма. Развитие движений оказывает значительное влияние на становление соответствующих структур мозга. Спортивные занятия в детском возрасте выступают как необходимое условие формирования основных структур и функций организма. Движения в дошкольном возрасте – это один из постнатальных стимулов развития структур и функций организма и развития резервных механизмов физиологических систем, обеспечивающих надежность их функционирования в различных условиях жизни. В тренированном организме повышается сопротивляемость к негативному влиянию окружающей среды.

Отличительной особенностью программы /новизной (при наличии) являются

Программа «Школа мяча Баскетбол» реализуется вне рамок основной деятельности дошкольной образовательной организации по основной общеобразовательной программе дошкольного образования. Содержание программы позволяет сохранить и расширить принцип интеграции форм обучения в режиме дня с воспитанниками дошкольных групп в дошкольных образовательных организациях с формами дополнительного физкультурного образования и последовательно решать задачи физического воспитания для обеспечения готовности ребенка к школе. При разработки и составлении содержания программы обучения детей предусмотрены методы и приемы, которые направлены на то, чтобы каждый ребёнок нашёл себя в движениях, соответствующих его двигательным задаткам и умениям, что поможет ему самостоятельно и с чувством удовлетворения поддерживать интерес к спортивным играм с мячом. Обучение детей тесно связано с их физическим и психологическим состоянием, поэтому в процессе дополнительного образования большое внимание уделяется формированию у дошкольников положительной устойчивой мотивации к физическими упражнениями, к спортивным играм.

Уровень освоения программы базовый

(общекультурный, базовый, углубленный)

Объем ДОП 28 занятий

Срок освоения 7 месяцев

Цель:

Основной целью программы является всестороннее развитие личности ребенка, повышение физического развития дошкольников и посредством освоения движений с мячом и изучения доступных элементов техники игры «Баскетбол». Освоение упражнений программы поможет естественному развитию организма ребенка, создаст необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой у детей. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Обучающие задачи:

- Формировать простейшие технические действия с мячом: передача мяча, броски мяча, прокатывания, ведение и ловля;
- формировать умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом
- Обучать правилам и элементам спортивной игры баскетбол;
- Познакомить дошкольников с историей мяча и спортивных игр;
- Учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

Развивающие задачи:

- Развивать координацию движений, выносливость, быстроту ловкость, глазомер умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.

Воспитательные задачи:

- Формировать интерес к физическим упражнениям с мячом и спортивным играм;
- Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели;
- Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях;
- Воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Планируемые результаты

Результат	
Предметные	знания и представлений о технике и правилах спортивных игр с мячом
	особенности мячей разного типа
	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием
	соблюдать требования к мерам техники безопасности
Метапредметные	воспитание самостоятельности в организации собственной физкультурно-оздоровительной деятельности
	обучение составлению индивидуального комплекса упражнений в соответствии с состоянием здоровья
Личностные	повышение интереса учащихся к игровым видам спорта
	развитие творческого потенциала в области физической культуры с применением навыков владения мячом.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы Русский

Форма обучения очная
(очная, очно-заочная, семейное образование, самообразование)

Условия набора в коллектив Принимаются дети с основной и подготовительной физкультурной группой здоровья, не имеющих противопоказаний к занятиям с мячом

Условия формирования групп Группы набираются учитывая возрастные особенности (одновозрастные, разновозрастные)

Количество учащихся в группе до 15 человек

Формы организации занятий (групповые, индивидуальные занятия или всем составом объединения; аудиторные, внеаудиторные) групповые

Формы проведения занятий (учебное занятие, акция, аукцион, встреча, концерт, игра, мастер-класс, лекция, поход, праздник, соревнование, семинар, презентация, спектакль, творческая мастерская, турнир, фестиваль, чемпионат, экскурсия, экспедиция, ярмарка и т.д.) физкультурное занятие

Формы организации деятельности учащихся на занятии (фронтальная, групповая, коллективная (ансамблевая), индивидуальная) групповая

Кадровое обеспечение: педагог с профессиональной переподготовкой «Педагог дополнительного образования» и опытом работы.

Материально-техническое обеспечение: мячи разного диаметра, баскетбольные кольца, гимнастические скамейки, обручи, гимнастические палки, мишени, музыкальный центр.

**Учебный план 1 года обучения
2024-2025 год обучения (для 3-7 лет)**

Раздел программы	Количество часов		
	3-4 года	4-5 лет	5-6 (7) лет
Гимнастические упражнения (разновидности ходьбы, прыжков, бега, ОРУ без предметов и с предметами).	3	3	3
Упражнения общеразвивающего воздействия:			
а) Передача мяча в парах	4	5	5
б) Броски мяча разными приемами	5	5	5
в) дыхательные упражнения	На каждом занятии	На каждом занятии	На каждом занятии
г) прокатывание (перекатывание) мяча	8	2	1
д) упражнения на расслабление	На каждом занятии	На каждом занятии	На каждом занятии
Упражнения специального воздействия:			
а) упражнения с мячом (ведение мяча, упражнения в парах)	0	4	4
б) Упражнения направленные на развитие физических качеств и навыков (развитие силы, скорости, ловкости,	4	4	5

точности) в) упражнения на развитие координации и точности движений	4	5	5
Подвижные игры и эстафеты.	В течение года	В течение года	В течение года
Итого:	28	28	28

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
АДМИНИСТРАЦИЯ НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 1 комбинированного вида
Невского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ:

Приказ № 190 от 30.08.2024 г

протокол № 1 от 30.08.2024 г

Заведующий ГБДОУ детским садом № 1

комбинированного вида

Невского района Санкт-Петербурга

_____/О.Г. Коданева/

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы

«Школа мяча Баскетбол»
на 2024-2025 учебный год

Педагог: Мещанинов Н.А.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1 октября 2024 года	30 апреля 2025 года	28 недели	28 учебных дня	младший возраст – 15 минут, средний возраст – 20 минут, старший возраст – 25-30 минут	1 раз в неделю

Календарно-тематический план (корпус №1 ул. Антонова-Овсеевко д.15)

Возраст	Месяц	Количество часов	Тема занятий
3- 4 года	07.10.2024	4	1. Знакомство с детьми и преподавателем. Вводное занятие. 2. Прокатывание мяча. 3. Общая физическая подготовка. Профилактика плоскостопия 4. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на развитие координации.
	14.10.2024		
	21.10.2024		
	28.10.2024		
4-5 лет	07.10.2024	4	1. Знакомство с детьми и преподавателем. Вводное занятие. 2. Упражнения на развитие силы. Упражнения на сохранение равновесия. Профилактика плоскостопия 3. Передача мяча. Развитие скоростных способностей. 4. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на развитие координации. Пальчиковая гимнастика.
	14.10.2024		
	21.10.2024		
	28.10.2024		
5-6(7) лет	10.10.2024	4	1. Знакомство с детьми и преподавателем. Вводное занятие. 2. Упражнения на развитие силы. Упражнения на сохранение равновесия. Броски мяча разными способами. Профилактика плоскостопия 3. Развитие меткости. Развитие скоростных способностей. 4. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на развитие координации. Пальчиковая гимнастика.
	17.10.2024		
	24.10.2024		
	31.10.2024		
3- 4 года	04.11.2024	4	1. Развитие точности движений. Передача мяча в парах. Упражнения на расслабления. 2. Упражнения на развитие силы. Упражнения на сохранение равновесия. Броски мяча в цель. 3. Подвижные игры на развитие ориентировки в пространстве. Профилактика плоскостопия 4. Пальчиковая гимнастика. Ходьба по уменьшенной опоре.
	11.11.2024		
	18.11.2024		
	25.11.2024		
	04.11.2024	4	1. Броски мяча разными способами. Развитие точности броска. Упражнения на расслабления.

4-5 лет	11.11.2024 18.11.2024 25.11.2024		2. Подвижные игры на развитие ориентировки в пространстве. Профилактика плоскостопия. 3. Развивать согласованность движений рук и ног. Профилактика плоскостопия 4. Подвижные игры на развитие внимания и памяти.
5-6(7) лет	07.11.2024 14.11.2024 21.11.2024 28.11.2024	4	1. Подвижные игры на развитие внимания по сигналу преподавателя. Развитие скоростных способностей. 2. Закреплять технику броска 3. Эстафеты на развитие силовой выносливости. Развитие точности движений. 4. Укрепления мышц верхнего плечевого пояса.
3- 4 года	02.12.2024 09.12.2024 16.12.2024 23.12.2024	4	1. Развитие точности прокатывания мяча; развитие глазомера. 2. Подвижные игры на развитие силы ног (прыжки). Профилактика плоскостопия. 3. Малоподвижные игры на внимание. Развитие скоростных способностей. 4. Укрепление мышц живота и спины.
4-5 лет	02.12.2024 09.12.2024 16.12.2024 23.12.2024	4	1. Упражнения на развитие выносливости, постановка правильной техники броска от груди. 2. Развитие мышц верхних конечностей. Броски мяча на дальность 3. Бег с изменением темпа. Развитие скоростных способностей. Ведение мяча на месте. 4. Формирование правильной осанки. Профилактика плоскостопия. Забрасывание мяча в кольцо
5-6(7) лет	05.12.2024 12.12.2024 19.12.2024 26.12.2024	4	1. Прыжки с заданиями. Подвижные игры на развитие внимания и памяти. 2. Развитие точности движений верхних конечностей. Развитие ловкости. 3. Подвижные игры, направленные на ориентировку в пространстве. Профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки.

			4. Развитие силы мышц ног и брюшного пресса. Работа с набивным мячом
3- 4 года	13.01.2025 20.01.2025 27.01.2025 03.02.2025	4	1. Закреплять технику постановки рук при прокатывании мяча. Укреплять мышцы туловища. Упражнения на расслабления. 2. Подвижные игры с мячом. 3. Формировать умение сохранять устойчивое положение. Пальчиковая гимнастика. 4. Развивать скоростные качества.
4-5 лет	13.01.2025 20.01.2025 27.01.2025 03.02.2025	4	1. Развитие выносливости и скоростных качеств. Упражнения на расслабления. 2. Подвижные игры на развитие ориентировки в пространстве. Профилактика плоскостопия. Пальчиковая гимнастика. 3. Развивать согласованность движений рук и ног. Подвижные игры с мячом 4. Прыжки с заданиями. Подвижные игры на развитие внимания и памяти.
5-6(7) лет	16.01.2025 23.01.2025 30.01.2025 06.02.2025	4	1. Закрепление техники ведения мяча. Профилактика плоскостопия 2. Подвижные игры на развитие внимания на сигнал преподавателя. Развитие скоростных способностей. 3. Эстафеты на развитие силовой выносливости. Развитие точности движений. 4. Упражнения, направленные на профилактику плоскостопия и правильное формирование осанки. Укрепления мышц туловища.
3- 4 года	10.02.2025 17.02.2025 24.02.2025 03.03.2025	4	1. Укрепление мышц брюшного пресса. Эстафеты на развитие скоростных качеств. 2. Закреплять перекачивания мяча в цель. Развитие силы броска и глазомера. 3. Профилактика плоскостопия. Укрепления мышц стопы. 4. Пальчиковая гимнастика. Укрепление мышц верхних и нижних конечностей.
	10.02.2025 17.02.2025		1. Эстафеты с мячом. Укрепление мышечного корсета. 2. Упражнения на развитие силы. Упражнения на сохранение

4-5 лет	24.02.2025 03.03.2025	4	равновесия. Ведение мяча одной рукой. 3. Профилактика плоскостопия. Развитие скоростных способностей. 4. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на развитие координации. Пальчиковая гимнастика.
5-6(7) лет	13.02.2025 20.02.2025 27.02.2025 06.03.2025	4	1. Подвижные игры на развитие ориентировки в пространстве, внимания и концентрации. 2. Развитие скоростных качеств. Дыхательная гимнастика. 3. Эстафеты на развитие силовой выносливости. Развитие точности движений. 4. Упражнения, направленные на профилактику плоскостопия. Укрепления мышц туловища.
3- 4 года	10.03.2025 17.03.2025 24.03.2025 31.03.2025	4	1. Игровое задание - подлезания под шнур. Ловля мяча. 2. Пальчиковая гимнастика. Закреплять устойчивое положение при ходьбе по ограниченной опоре. 3. Подвижные игры на внимание с речитативами. Укрепление мышц ног и рук. Дыхательная гимнастика. 4. Броски мяча разными способами. Формирование правильной осанки
4-5 лет	10.03.2025 17.03.2025 24.03.2025 31.03.2025	4	1. Работа в парах с мячом. Малоподвижные игры на зрительное восприятие. 2. Подвижные игры с мячом. Профилактика плоскостопия. Развитие силы мышц спины. 3. Метание мяча правой и левой рукой. Игровое задание – попади в цель 4. Ведение мяча двумя руками. Пальчиковая гимнастика.
5-6(7) лет	13.03.2025 20.03.2025 27.03.2025 03.04.2025	4	1. Игровое задание: Кто дальше бросит?; Кто точно бросит? Развитие глазомера. 2. Ведение мяча одной рукой. Формирование правильной осанки. 3. Профилактика плоскостопия. Подвижные игры с мячом. 4. Общеразвивающие упражнения с предметами. Подвижные игры с речитативами на скоростное внимание.
			1. Закреплять навыки броска мяча.

3- 4 года	07.04.2025	4	Укреплять мышцы туловища. Упражнения на расслабления. 2. Подвижные игры с мячом. Дыхательная гимнастика. 3. Формировать умение сохранять устойчивое положение. Пальчиковая гимнастика. 4. Развивать скоростные качества.
	14.04.2025		
	21.04.2025		
	28.04.2025		
4-5 лет	07.04.2025	4	1. Развитие выносливости и скоростных качеств. Упражнения на расслабления. 2. Подвижные игры с мячом. Профилактика плоскостопия. Пальчиковая гимнастика. 3. Развивать согласованность движений рук и ног. Дыхательная гимнастика. 4. Работа с мячом в парах. Подвижные игры на развитие внимания и памяти.
	14.04.2025		
	21.04.2025		
	28.04.2025		
5-6(7) лет	10.04.2025	4	1.. Подвижные игры на развитие внимания и памяти. Ведение мяча в движении 2. Развитие точности броска. Закреплении техники броска. 3. Подвижные игры с мячом. Профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки. 4. Развитие силы мышц ног и брюшного пресса.
	17.04.2025		
	24.04.2025		
	28.04.2025		

Календарно-тематический план (корпус №2 Искровский пр-т д. 6 корп. 7)

Возраст	Месяц	Количество часов	Тема занятий
3- 4 года	08.10.2024	4	1. Знакомство с детьми и преподавателем. Вводное занятие. 2. Прокатывание мяча. 3. Общая физическая подготовка. Профилактика плоскостопия 4. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на развитие координации.
	15.10.2024		
	22.10.2024		
	29.10.2024		
4-5 лет	08.10.2024	4	1. Знакомство с детьми и преподавателем. Вводное занятие. 2. Упражнения на развитие силы. Упражнения на сохранение равновесия. Профилактика плоскостопия 3. Передача мяча. Развитие скоростных способностей.
	15.10.2024		
	22.10.2024		
	29.10.2024		

			4. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на развитие координации. Пальчиковая гимнастика.
5-6(7) лет	08.10.2024 15.10.2024 22.10.2024 29.10.2024	4	2. Знакомство с детьми и преподавателем. Вводное занятие. 2. Упражнения на развитие силы. Упражнения на сохранение равновесия. Броски мяча разными способами. Профилактика плоскостопия 3. Развитие меткости. Развитие скоростных способностей. 4. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на развитие координации. Пальчиковая гимнастика.
3- 4 года	05.11.2024 12.11.2024 19.11.2024 26.11.2024	4	1. Развитие точности движений. Передача мяча в парах. Упражнения на расслабления. 2. Упражнения на развитие силы. Упражнения на сохранение равновесия. Броски мяча в цель. 3. Подвижные игры на развитие ориентировки в пространстве. Профилактика плоскостопия 4. Пальчиковая гимнастика. Ходьба по уменьшенной опоре.
4-5 лет	05.11.2024 12.11.2024 19.11.2024 26.11.2024	4	1. Броски мяча разными способами. Развитие точности броска. Упражнения на расслабления. 2. Подвижные игры на развитие ориентировки в пространстве. Профилактика плоскостопия. 3. Развивать согласованность движений рук и ног. Профилактика плоскостопия 4. Подвижные игры на развитие внимания и памяти.
5-6(7) лет	05.11.2024 12.11.2024 19.11.2024 26.11.2024	4	1. Подвижные игры на развитие внимания по сигналу преподавателя. Развитие скоростных способностей. 2. Закреплять технику броска 3. Эстафеты на развитие силовой выносливости. Развитие точности движений. 4. Укрепления мышц верхнего плечевого пояса.
	03.12.2024	4	1. Развитие точности прокатывания мяча; развитие глазомера. 2. Подвижные игры на развитие

3- 4 года	10.12.2024 17.12.2024 24.12.2024		силы ног (прыжки). Профилактика плоскостопия. 3. Малоподвижные игры на внимание. Развитие скоростных способностей. 4. Укрепление мышц живота и спины.
4-5 лет	03.12.2024 10.12.2024 17.12.2024 24.12.2024	4	1. Упражнения на развитие выносливости, постановка правильной техники броска от груди. 2. Развитие мышц верхних конечностей. Броски мяча на дальность 3. Бег с изменением темпа. Развитие скоростных способностей. Ведение мяча на месте. 4. Формирование правильной осанки. Профилактика плоскостопия. Забрасывание мяча в кольцо
5-6(7) лет	03.12.2024 10.12.2024 17.12.2024 24.12.2024	4	1. Прыжки с заданиями. Подвижные игры на развитие внимания и памяти. 2. Развитие точности движений верхних конечностей. Развитие ловкости. 3. Подвижные игры, направленные на ориентировку в пространстве. Профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки. 4. Развитие силы мышц ног и брюшного пресса. Работа с набивным мячом
3- 4 года	14.01.2025 21.01.2025 28.01.2025 04.02.2025	4	1. Закреплять технику постановки рук при прокатывании мяча. Укреплять мышцы туловища. Упражнения на расслабления. 2. Подвижные игры с мячом. 3. Формировать умение сохранять устойчивое положение. Пальчиковая гимнастика. 4. Развивать скоростные качества.
4-5 лет	14.01.2025 21.01.2025 28.01.2025 04.02.2025	4	1. Развитие выносливости и скоростных качеств. Упражнения на расслабления. 2. Подвижные игры на развитие ориентировки в пространстве. Профилактика плоскостопия. Пальчиковая гимнастика. 3. Развивать согласованность движений рук и ног. Подвижные

			игры с мячом 4. Прыжки с заданиями. Подвижные игры на развитие внимания и памяти.
5-6(7) лет	14.01.2025 21.01.2025 28.01.2025 04.02.2025	4	1. Закрепление техники ведения мяча. Профилактика плоскостопия 2. Подвижные игры на развитие внимания на сигнал преподавателя. Развитие скоростных способностей. 3. Эстафеты на развитие силовой выносливости. Развитие точности движений. 4. Упражнения, направленные на профилактику плоскостопия и правильное формирование осанки. Укрепления мышц туловища.
3- 4 года	11.02.2025 18.02.2025 25.02.2025 04.03.2025	4	1. Укрепление мышц брюшного пресса. Эстафеты на развитие скоростных качеств. 2. Закреплять перекачивания мяча в цель. Развитие силы броска и глазомера. 3. Профилактика плоскостопия. Укрепления мышц стопы. 4. Пальчиковая гимнастика. Укрепление мышц верхних и нижних конечностей.
4-5 лет	11.02.2025 18.02.2025 25.02.2025 04.03.2025	4	1. Эстафеты с мячом. Укрепление мышечного корсета. 2. Упражнения на развитие силы. Упражнения на сохранение равновесия. Ведение мяча одной рукой. 3. Профилактика плоскостопия. Развитие скоростных способностей. 4. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на развитие координации. Пальчиковая гимнастика.
5-6(7) лет	11.02.2025 18.02.2025 25.02.2025 04.03.2025	4	1. Подвижные игры на развитие ориентировки в пространстве, внимания и концентрации. 2. Развитие скоростных качеств. Дыхательная гимнастика. 3. Эстафеты на развитие силовой выносливости. Развитие точности движений. 4. Упражнения, направленные на профилактику плоскостопия. Укрепления мышц туловища.
	11.03.2025		1. Игровое задание - подлезания под шнур. Ловля мяча.

3- 4 года	18.03.2025 25.03.2025 01.04.2025	4	2. Пальчиковая гимнастика. Закреплять устойчивое положение при ходьбе по ограниченной опоре. 3. Подвижные игры на внимание с речитативами. Укрепление мышц ног и рук. Дыхательная гимнастика. 4. Броски мяча разными способами. Формирование правильной осанки
4-5 лет	11.03.2025 18.03.2025 25.03.2025 01.04.2025	4	1. Работа в парах с мячом. Малоподвижные игры на зрительное восприятие. 2. Подвижные игры с мячом. Профилактика плоскостопия. Развитие силы мышц спины. 3. Метание мяча правой и левой рукой. Игровое задание – попади в цель 4. Ведение мяча двумя руками. Пальчиковая гимнастика.
5-6(7) лет	11.03.2025 18.03.2025 25.03.2025 01.04.2025	4	1. Игровое задание: Кто дальше бросит?; Кто точно бросит?. Развитие глазомера. 2. Ведение мяча одной рукой. Формирование правильной осанки. 3. Профилактика плоскостопия. Подвижные игры с мячом. 4. Общеразвивающие упражнения с предметами. Подвижные игры с речитативами на скоростное внимание.
3- 4 года	08.04.2025 15.04.2025 22.04.2025 29.04.2025	4	1. Закреплять навыки броска мяча. Укреплять мышцы туловища. Упражнения на расслабления. 2. Подвижные игры с мячом. Дыхательная гимнастика. 3. Формировать умение сохранять устойчивое положение. 4. Развивать скоростные качества.
4-5 лет	08.04.2025 15.04.2025 22.04.2025 29.04.2025	4	1. Развитие выносливости и скоростных качеств. Упражнения на расслабления. 2. Подвижные игры с мячом. Профилактика плоскостопия. Пальчиковая гимнастика. 3. Развивать согласованность движений рук и ног. Дыхательная гимнастика. 4. Работа с мячом в парах. Подвижные игры на развитие внимания и памяти.
			1.. Подвижные игры на развитие

5-6(7) лет	08.04.2025	4	внимания и памяти. Ведение мяча в движении 2. Развитие точности броска. Закреплении техники броска. 3. Подвижные игры с мячом. Профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки. 4. Развитие силы мышц ног и брюшного пресса.
	15.04.2025		
	22.04.2025		
	29.04.2025		

Оценочные материалы

1. Ведение мяча (группы 4-5 и 5-6(7) лет)

- на месте правой и левой рукой;
- с продвижением вперед шагом;
- с продвижением вперед бегом;
- приставным шагом.

2. Подбрасывание и ловля мяча (3-7 лет)

- подбрасывание мяча вверх и его ловля двумя руками;
- подбрасывание мяча вверх и его ловля одной рукой (правой и левой).

3. Броски мяча (3-7 лет)

- броски мяча в цель разными способами (из-за головы, от груди, снизу, одной рукой);
- броски мяча с отскоком от пола;
- передача мяча разными способами в парах и его ловля.

4. Прокатывание мяча из различных положений (группа 3-4 года)

- прокатывание мяча в цель, сидя ноги врозь;
- прокатывание мяча в парах;
- прокатывание мяча в цель, расстояние 5 метров

Уровни освоения двигательных умений и навыков движений с мячом.

Условные обозначения:

- 0 – низкий уровень;
- 1 – средний уровень;
- 2 – высокий уровень.

Низкий уровень – допускает ошибки в основных упражнениях с мячом. Слабо контролирует выполнение движений, нет согласованности движений рук и ног.

Средний уровень – Технически правильно выполняет упражнения с мячом, проявляет усилия, активность и интерес. В выполнении упражнений допускает незначительные ошибки.

Высокий уровень – Выполнение упражнений технически правильно, результативно и уверенно. Не задумываясь, выполняет двигательное действие.

Информационные источники (списки литературы, интернет-источники)

1. Журнал Инструктор по физической культуре №3 /2013 – «Школа мяча» Москва, ТЦ «Сфера», 2013г.
2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). Пособие для педагогов дошкольных учреждений. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2002.
3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 80 с.
4. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 112 с.
5. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – 112 с.
6. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – 128 с.2. Сочеванова Е.А. Подвижные игры для старших дошкольников: интеграция образовательных областей в двигательной деятельности. – СПб : ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2018. – 128 с.
7. Потапчук А.А. "Лечебные игры и упражнения для детей". С.-П. 2007.
8. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2 - 7 лет. / Авт. - сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: Мозаика - Синтез, 2012.
9. Сочеванова Е.А. Подвижные игры для старших дошкольников: интеграция образовательных областей в двигательной деятельности. – СПб : ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2018. – 128 с.
10. Тарасова Т.А., “ Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ” – М.: ТЦ Сфера, 2005-175с.
11. Теория и методика физической культуры дошкольников: Учебное пособие для студентов академий, университетов, институтов физической культуры и факультетов физической культуры 11 педагогических ВУЗов / Под ред. С.О.Филипповой, Г.Н.Пономарёва. – СПб., «ДЕТСТВО-ПРЕСС», М., ТЦ «СФЕРА» 2015.
12. Утробина К.К. Занимательная физкультура для дошкольников/М.ГНОМ и Д, 2003г.

13. Утробина К.К. Подвижные игры с детьми 3-5 лет. Конспекты физкультурных занятий и сценарии развлечений в ДОО / К.К. Утробина. – М.: ИЗДАТЕЛЬСТВО ГНОМ, 2017. – 128 с. : ил.
14. Утробина К.К. Подвижные игры с детьми 5-7 лет. Конспекты физкультурных занятий и сценарии развлечений в ДОО / К.К. Утробина. – М.: ИЗДАТЕЛЬСТВО ГНОМ, 2017. – 152 с. : ил.
15. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. "Фитнес-данс". С.-П. 2007.
16. Фомина Н.А. –методические рекомендации к программе по ф/в дошкольников «Детский сад-2100», интернет ресурсы.