

Комитет образования
администрации Балаковского муниципального района Саратовской области

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 6 «Тополёк»
г. Балаково Саратовской области**

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
протокол № 1
от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МАДОУ детский сад № 6
Куликова А.С.
приказ № 145 от 01.09.2023 г

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

Балаково, 2023 г.

Содержание

№ п/п	Содержание	Страницы
1	Целевой раздел	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.1.1	Цели и задачи реализации Программы	3
1.1.2	Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.1.3	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста	4
1.2	Планируемые результаты освоения программы	5
1.3	Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе	6
2	Содержательный раздел	7
2.1	Описание образовательной деятельности	7
2.2	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы	11
2.3	Взаимодействие взрослых с детьми	12
2.4	Взаимодействие с семьями дошкольников	12
3	Организационный раздел	13
3.1	Описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания	13
3.2	Планирование образовательной деятельности	13
	Приложение	19

1 Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Содержание Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа мяча» (далее - Программа) включает три основных раздела – **целевой, содержательный и организационный.**

Целевой раздел Программы определяет ее цели и задачи, принципы и подходы к формированию Программы, планируемые результаты ее освоения в виде целевых ориентиров.

Содержательный раздел Программы включает описание образовательной деятельности.

Организационный раздел Программы описывает систему условий реализации образовательной деятельности, необходимых для достижения целей Программы, а также особенности организации образовательной деятельности.

Одним из путей совершенствования физического развития детей дошкольного возраста является применение спортивных игр (баскетбол, футбол, волейбол, пионербол).

Программа полностью построена на подвижных играх с элементами спорта и игровых упражнениях. Игры, игровые упражнения, включающие самые разнообразные двигательные действия, создают целостную систему обучения, доступную для детей дошкольного возраста.

При разработке Программы учитывались следующие нормативные документы:

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

2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г., № 30384).

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с изменениями и дополнениями от 5 сентября 2019 г., 30 сентября 2020 г.

4. Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 6 «Тополёк» г. Балаково Саратовской области.

Направленность Программы – физкультурно-спортивная.

Программа состоит из двух частей, срок освоения каждой части один учебный год: 8 месяцев.

1 часть для детей 4-5 лет,

2 часть для детей 5-7 лет.

Продолжительность одного занятия 30 минут. Занятия проводятся 1 раз в неделю, всего по 32 занятия для каждой части программы.

1.1.1 Цель и задачи реализации Программы

Цель: укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни у детей дошкольного возраста посредством освоения техники спортивных игр с мячом.

Задачи:

1. Способствовать овладению техникой действий с разными видами мячей.
- 2 . Формировать новые двигательные навыки при обучении элементам игры с мячом.
3. Формировать навыки сотрудничества: играть в команде для достижения общей цели, адекватно относиться к своим неудачам и неудачам соперников.

1.1.2 Принципы и подходы к формированию Программы

Программа построена на следующих принципах:

- принцип психологической комфортности - создаётся образовательная среда, обеспечивающая снятие всех стрессообразующих факторов;
- принцип минимакса - обеспечивается возможность разноуровневого обучения детей, продвижения каждого ребёнка своим темпом;
- принцип непрерывности - обеспечиваются преемственные связи между всеми ступенями обучения.

1.1.3 Значимые характеристики для разработки и реализации Программы, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.

Двигательная сфера детей старшего дошкольного возраста характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

Возрастной период от 5 до 7 лет называют периодом «первого вытяжения»: за один год ребёнок может вырасти до 7-10 см, на протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц — 200 г, а роста — 0,5 см. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребёнка к пяти-шести годам ещё не завершено. В этом возрасте у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают упражнения в ходьбе, беге, прыжках, метании. В возрасте 5-7 лет улучшается координация движений.

Дети способны выполнять упражнения более правильно и осознанно, дифференцировать свои мышечные усилия, появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию взрослого или В этом возрасте

совершенствуются основные процессы ЦНС: возбуждение и особенно торможение, и несколько легче формируются все виды условного торможения.

Интенсивно формируется сердечнососудистая система. Средняя частота пульса к 6-7 годам составляет 92-95 ударов в минуту. Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых от взрослого. Жизненная ёмкость лёгких невелика, поэтому он дышит чаще, в среднем 25 раз в минуту.

Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. Дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем.

1.2 Планируемые результаты освоения программы

К концу обучения по Программе предполагается, что дети умеют выполнять сложные координированные движения, осмысливать свои действия, у них совершенствуются навыки владения мячом:

Уровень А

1. Умение перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы, через сетку.
2. Умение бросать мяч вверх, о пол, ловить его двумя руками.
3. Умение отбивать мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.
4. Умение передавать мяч друг другу в парах.
5. Умение перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении.
6. Умение ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу) с разных сторон
7. Умение забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча.
8. Умение вести мяч змейкой между ориентирами.
9. Умение выполнять игровые действия в команде.
10. Умение действовать по сигналу.
11. Умение вести мяч правой, левой ногой прямо, змейкой.
12. Умение пасовать мяч в парах.
13. Умение забивать мяч в ворота.

Уровень Б

1. Умение перебрасывать мяч друг другу разными способами в движении.
2. Умение бросать мяч вверх, о пол, ловить его двумя руками (не менее 20 раз), (не менее 10 раз), с хлопками, с поворотами.
3. Умение отбивать мяч правой и левой рукой поочередно на месте

спиной вперед (не менее 20-30 раз).

4. Умение передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча, сбоку, снизу) в игре пионербол.

5. Умение перебрасывать мяч друг другу в игре пионербол.

6. Умение ловить летящий мяч на разной высоте в игре пионербол.

7. Умение забивать мяч при подаче в игре пионербол.

8. Умение пасовать, разыгрывать мяч в команде.

9. Умение играть в пионербол.

10. Умение приветствовать команду, разыгрывать подачу и площадку, выполнять переходы команд во время игры.

11. Умение вести мяч ногой в разных направлениях.

12. Умение пасовать мяч в команде.

13. Умение играть в футбол, баскетбол.

1.3 Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития обучающихся. Такая оценка проводится педагогом в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития обучающихся, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в специально организованной деятельности. Инструментарием для педагогической диагностики являются индивидуальные диагностические карты освоения Программы, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику освоения Программы каждого ребенка (**приложение 1**).

Оценка уровня овладения ребенком программой:

-  - большинство компонентов не развиты;
-  - Уровень А - планируемый минимум образования;
-  - Уровень В - желаемый уровень.

Данные о результатах диагностики заносятся в таблицу. Технология работы с таблицей: напротив имени каждого ребенка представляются цветные кружки в каждой ячейке указанного параметра, по которым затем считается итоговый показатель по каждому ребенку.

Диагностика позволяет оперативно находить неточности в построении педагогического процесса в группе и выделять детей с проблемами в освоении программы. Это позволяет своевременно разрабатывать для детей индивидуальные образовательные маршруты.

Уровень овладения необходимыми навыками и умениями определяется средним значением по каждому ребенку.

Анализ карт развития позволяет оценить эффективность Программы и организацию образовательного процесса.

2 СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Описание образовательной деятельности

Содержание программы включает в себя 3 этапа:

- начальный этап (обучение простым действиям с мячом),
- этап углубленного обучения (активное знакомство с элементами спортивных игр с мячом),
- этап закрепления и совершенствования двигательных навыков с мячом.

Особое внимание уделяется формированию двигательных навыков и закреплению на основе высокой степени повторяемости и оптимальной последовательности способам владения мячом: подбрасыванием, перебрасыванием, ловле, ведению, броске, передачи мяча в парах и индивидуально и т. д.

Занятия проводятся эмоционально, с большим использованием игровых упражнений с мячом, что позволяет дольше поддерживать интерес детей, повышать эффективность и точность выполнения упражнений с мячом.

Необходимым условием организации занятий с дошкольниками является психологическая комфортность детей, обеспечивающая их эмоциональное благополучие. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребёнка, индивидуальный подход, создание для каждого ситуации успеха необходимы для их нормального психофизиологического состояния.

Структура занятий.

Структура каждого занятия определяется его содержанием: посвящается ли оно изучению нового, повторению и закреплению пройденного, проверке усвоения знаний детьми:

- в 1-ой части занятия планируется повторение предыдущего материала;
- во 2-ой части – подача нового материала;
- в 3-ей части – проверка усвоения нового материала (игры и игровые упражнения).

Первое занятие по новой теме почти целиком посвящается работе над новым материалом. Знакомство с новым материалом организуют, когда дети наиболее работоспособны, т. е. на 3-5-й мин. от начала занятия, и заканчивают на 15-18-й мин. Повторению пройденного уделяют 3-4 мин. в начале и 4-8 мин. в конце занятия.

На втором и третьем занятиях по данной теме ей отводят примерно 50% времени, а во второй части занятия повторяют (или продолжают изучать) непосредственно предшествующий материал, в третьей части повторяют то, что дети уже усвоили.

Содержание

Раздел 1. Диагностика.

Раздел 2. История возникновения мяча.

Известно лишь, что мяч возник в глубокой древности и за свою историю существования претерпел много изменений. Сначала его плели из травы, пальмовых листьев, изготавливали из плодов деревьев, шерсти животных, шили из шкур животных, плели из тростника, скручивали из тряпок, вырезали из дерева, шили из кожи, набивая травой, опилками и другим подобным материалом.

Раздел 3. Бросок мяча.

Броски мяча вверх и ловля его на месте не 3 раз подряд.

Прокатывания мяча одной рукой и двумя руками из разных и.п. между предметами (ширина 90-40см., длина 1,5-2м.)

Прокатывание мяча ногами по прямой.

П/и «Ловкий стрелок»

Раздел 4. Подбрасывание мяча вверх.

Подбрасывание мяча вверх с хлопками.

Перебрасывание мяча друг другу из разных и.п.

П/и «Ловишка с мячом».

Раздел 5. Броски мяча.

Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 3 раз подряд).

Броски мяча об пол и ловля 2 раза на месте. П/и «Ловишка с мячом».

Броски мяча ногой в цель.

Раздел 6. Броски мяча.

Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении (не менее 3 раз).

Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя, сидя.

Передача мяча друг другу в парах.

П/и «Мяч в воздухе»

Раздел 7. Перебрасывание мяча в парах.

Перебрасывание, прокатывание мяча сидя и стоя друг к другу.

Перебрасывание мяча друг другу с помощью ног.

П/и «Мяч в воздухе».

Раздел 8. Перекатывание набивного мяча в парах.

Перекатывание набивного мяча друг другу.

Ударить перед собой мяч, повернуться кругом, поймать мяч.

П/и «Кого называли, тот и ловит».

Раздел 9. Перебрасывание мяча через сетку.

Перебрасывание мяча через сетку в парах, в команде.

П/и «Гонка мячей»

Раздел 10. Перебрасывание мяча.

Перебрасывание мяча друг другу в парах, тройках, пятерках разными способами

Раздел 11. Броски мяча.

Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза.

Перебрасывание мяча через сетку в парах.

Передача мяча друг другу парами с помощью ног.

П/и «Вышибалы».

Раздел 12. Отбивание мяча.

Отбивание мяча правой и левой рукой на месте.

Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза.

Остановка мяча ногой.

П/и «Отбей мяч».

Раздел 13. Отбивание мяча.

Отбивание мяча правой и левой рукой.

Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.

Забрасывание мяча в ворота.

П/и «Лови – не лови».

Раздел 14. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.

Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.

Подбрасывание мяча с хлопками в движении.

Прыжки на мячах.

Забрасывание мяча в ворота.

П/и «Ловкий стрелок».

Раздел 15. Перебрасывание мяча.

Перебрасывание мяча.

Метание набивного мяча из-за головы.

П/и «Гонка мячей по шеренгам».

Раздел 16. Перебрасывание мяча.

Перебрасывание, прокатывание мяча сидя и стоя друг к другу.

Перебрасывание мяча друг другу с помощью ног.

П/и «Мяч в воздухе».

Раздел 17. Забрасывание мяча.

Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3-х шагов).

Метание мяча в вертикальную цель (с 3 – 4 м.).

Броски мяча в цель (ворота) с помощью ног.

Раздел 18. Броски мяча.

Бросок мяча об стену и ловля его (с хлопком).

Броски мяча вверх, ловля мяча сидя.

П/и «Не урони мяч».

Раздел 19. Перебрасывание мяча.

Перебрасывание мяча стоя и сидя друг к другу.

Сидя бросить мяч, вскочить на ноги и поймать мяч.

Прыжки на мячах – хоппах.

П/и «Лови – не лови».

Раздел 20. Отбивание мяча.

Отбивание мяча правой и левой рукой на месте.

Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза.

Остановка мяча ногой.

П/и «Отбей мяч».

Раздел 21. Перебрасывание мяча.

Перебрасывание мяча.

Прокатывание в ворота набивного мяча головой.

П/и «Мяч – капитану».

Раздел 22. Знакомство с мячами-фитболами.

Прокатывание фитбола по г/скамейке; между ориентирами.

Упражнения с фитболами (сидя, лежа).

П/и «Пятнашки на улиточках».

Раздел 23. Перебрасывание мяча.

Перебрасывание мяча в парах.

Перебрасывание мяча одной рукой, ловля 2 руками.

П/и «Мельница».

Раздел 24. Упражнения с мячом-фитболом.

Балансировка на фитболе (сидя, стоя на коленях, руки в стороны; лежа на животе, руки в стороны).

Перебрасывание мяча через сетку.

Ведение мяча в движении.

Раздел 25. Беседа о спортивной игре «Волейбол».

Беседа о спортивной игре «Волейбол».

Броски мяча вверх и ловля его на месте.

П/и «Ловишка с мячом».

Раздел 26. Беседа о спортивной игре «Баскетбол».

Беседа о спортивной игре «Баскетбол».

Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.

Броски мяча вверх с хлопком.

П/и «Охотники и куропатки».

Раздел 27. Беседа о спортивной игре «Футбол».

Беседа о спортивной игре «Футбол».

Забрасывание мяча в ворота.

Броски мяча друг другу.

П/и «Забей гол».

Раздел 28. Отбивание мяча на месте, в движении.

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».

Раздел 29. Ведение мяча на месте в движении.

Ведение мяча с поворотом.

Бросание мяча до указанного ориентира.

Прыжки на мячах-хоппах.

Ведение мяча ногой с помощью ориентиров.

П/и «Мяч капитану».

Раздел 30. Подача мяча.

Перебрасывание мяча в парах от плеча, из-за головы.

Бросок мяча через сетку на дальность.

Раздел 31. Перебрасывание мячей через сетку.

Перебрасывание мяча через сетку, отбивание толчком двух ладоней.

Передача мяча ногой в движении.

Прыжки на мячах-хоппах.

П/и «Гонка мячей по шеренгам».

Раздел 32. Забрасывание мяча в кольцо.

Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.

Перебрасывание мяча друг другу.

Бросание мяча в вертикальную цель.

Бросок мяча ногой в ворота.

П/и «Попади мячом в цель».

Раздел 33. Игра в волейбол.

Приветствие команд. Переход хода команды на площадке.

Подача. Пас. Розыгрыш. Игра.

Раздел 34. Игра в баскетбол.

Приветствие команд. Передвижение команды на площадке.

Подача. Пас. Розыгрыш. Игра.

Раздел 35. Игра в футбол.

Приветствие команд. Передвижение команды на площадке.

Подача. Пас. Розыгрыш. Игра.

Раздел 36. Ведение мяча в разных направлениях.

Ведение мяча, продвигаясь шагом, бегом.

Перебрасывание мяча в парах.

Подбрасывание и ловля мяча.

П/и «Мяч – ловцу».

Раздел 37. Ведение мяча спиной вперед.

Ведение мяча спиной вперед прямо, змейкой, в разном направлении, ориентируясь в пространстве.

Раздел 38. Забивание мяча в ворота, передача мяча.

Забивание мяча с двух шагов в ворота

Забивание мяча с разбега в ворота.

Передача мяча в парах, умение ловить мяч.

П/и «Футбол»

Раздел 39. Итоговое занятие.

Игра «Волейбол».

2.2 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

При некоторых общих принципах и подходах к детям большое внимание уделяется развитию детской индивидуальности, учету темпа развития и деятельности каждого ребенка, его собственных предпочтений.

Взаимодействие педагога с детьми, детей друг с другом носит характер диалога и активного сотрудничества.

Виды детской деятельности: двигательная, игровая (подвижные, игры с элементами спорта), коммуникативная (правила компромиссного общения и взаимодействия).

Форма проведения занятий – фронтальная.

2.3 Взаимодействие взрослых с детьми

Для личностно-порождающего взаимодействия характерно принятие ребенка таким, какой он есть, и вера в его способности. Педагог не подгоняет ребенка под какой-то определенный «стандарт», а строит общение с ним с ориентацией на индивидуальные особенности ребенка. Он сопереживает ребенку в радости и огорчениях, оказывает поддержку при затруднениях. Ограничения и порицания используются в случае крайней необходимости, не унижая ребенка. Такой стиль взаимодействия обеспечивает ребенку чувство психологической защищенности, способствует развитию его индивидуальности, положительных взаимоотношений со взрослыми и другими детьми.

2.4 Взаимодействие с семьями дошкольников

Основной целью работы с родителями является формирование у них компетентной педагогической позиции по отношению к собственному ребенку.

На этапе завершения реализации каждой части Программы родителям представляются результаты освоения обучающимися Программы в различных формах:

1. Спортивные игры (пионербол, баскетбол, волейбол, футбол)
2. Совместные спортивные мероприятия с родителями.
3. Открытые итоговые занятия.
4. Анкетирование родителей с целью изучения их мнения об организации реализации дополнительной общеразвивающей программы «Школа мяча».

3. Организационный раздел

3.1 Описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Программа реализуется в спортивном зале материально-техническая обеспеченность которого составляет:

Мячи резиновые диаметра 18-20 см по количеству детей

Ориентиры

Вертикальное кольцо

Баскетбольное кольцо

Волейбольная сетка

Мячи-фитболы

Ворота футбольные

Баскетбольные корзины

Напольные корзины

Шнур для натягивания

Обручи

Кегли

Гимнастические скамейки

Мишени

Технические средства обучения:

- колонка музыкальная беспроводная
- флеш-карта (презентации, видеоролики, мультфильмы)
- экран
- мультимедиа-проектор
- ноутбук

Методическое обеспечение программы:

Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М., 1983 79с.

Пензулаева Л.И Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет: пособие для воспитателя дет. Сада. – М.: Просвещение, 1988.- 143 с.

Пензулаева Л.И Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста 3-7 лет изд. Центр ВЛАДОС, 2002.-128 с.

3.2 Планирование образовательной деятельности

Учебный план

Программа состоит из двух частей, срок освоения каждой части один учебный год: 8 месяцев.

1 часть для детей 4-5 лет,

2 часть для детей 5-7 лет.

Продолжительность одного занятия 30 минут. Занятия проводятся 1 раз в неделю, всего по 32 занятия для каждой части программы.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
Часть 1 Программы		
1	Диагностика	2
2	История возникновения мяча	1
3	Бросок мяча	3
4	Подбрасывание мяча вверх	2
5	Броски мяча	1
6	Броски мяча	2
7	Перебрасывание мяча в парах	2
8	Перекачивание набивного мяча в парах	1
9	Перебрасывание мяча через сетку	1
10	Перебрасывание мяча	1
11	Броски мяча	1
12	Отбивание мяча	1
13	Отбивание мяча	1
14	Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	1
15	Перебрасывание мяча	1
16	Перебрасывание мяча	1
17	Забрасывание мяча	1
18	Броски мяча	1
19	Перебрасывание мяча	1
20	Отбивание мяча	1
21	Перебрасывание мяча	1
22	Знакомство с мячами – футболами	1
23	Перебрасывание мяча	2
24	Упражнения с мячом – футболом	2
	Итого за первый год:	32
Часть II Программы		
25	Беседа о спортивной игре «Волейбол»	1
26	Беседа о спортивной игре «Баскетбол»	1
27	Беседа о спортивной игре «Футбол»	1
28	Отбивание мяча на месте, в движении.	2
29	Ведение мяча на месте в движении.	2
30	Подача мяча	1
31	Перебрасывание мячей через сетку	2
32	Забрасывание мяча в кольцо	3
33	Игра в волейбол	4
34	Игра в баскетбол	4
35	Игра в футбол	4

36	Ведение мяча в разных направлениях	2
37	Ведение мяча спиной вперед	2
38	Забивание мяча в ворота, передача мяча	1
39	Итоговое занятие	2
		32
За два года:		64

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	День недели	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения
Часть 1 Программы							
1	Октябрь	Четверг	15:30 - 16:00	Фронтальная	1	Диагностика	Физкультурный зал
2			15:30 - 16:00		5	История возникновения мяча	
3			15:30 - 16:00				
4			15:30 - 16:00				
5	Ноябрь	Четверг	15:30 - 16:00		3	Бросок мяча	
6			15:30 - 16:00				
7			15:30 - 16:00				
8			15:30 - 16:00				
9	Декабрь	Четверг	15:30 - 16:00		1	Подбрасывание мяча вверх	
10			15:30 - 16:00				
11			15:30 - 16:00				
12			15:30 - 16:00				
13	Январь	Четверг	15:30 - 16:00		2	Броски мяча	
14			15:30 - 16:00				
15			15:30 - 16:00				
16			15:30 - 16:00				

17	Февраль	Четверг	15:30 - 16:00		1	Перебрасывание мяча	
18			15:30 - 16:00		1	Броски мяча	
19			15:30 - 16:00		1	Отбивание мяча	
20			15:30 - 16:00		1	Отбивание мяча	
21	Март	Четверг	15:30 - 16:00		1	Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	
22			15:30 - 16:00		1	Перебрасывание мяча	
23			15:30 - 16:00		1	Перебрасывание мяча	
24			15:30 - 16:00		1	Забрасывание мяча	
25			15:30 - 16:00		1	Броски мяча	
26	Апрель	Четверг	15:30 - 16:00		1	Перебрасывание мяча	
27			15:30 - 16:00		1	Отбивание мяча	
28			15:30 - 16:00		1	Перебрасывание мяча	
29			15:30 - 16:00		1	Знакомство с мячами – фитболами	
30	Май	Четверг	15:30 - 16:00		2	Перебрасывание мяча	
31			15:30 - 16:00				
32			15:30 - 16:00		1	Упражнения с мячом – фитболом	

Часть 11 Программы

1	Октябрь	Пятница	15:30 - 16:00	Фронтальная	2	Беседа о спортивной игре «Волейбол» Игра	
2			15:30 - 16:00		2		
3			15:30 - 16:00				
4			15:30 - 16:00				
5	Ноябрь	Пятница	15:30 - 16:00		4	Беседа о спортивной игре «Футбол» Игра	
6			15:30 - 16:00				
7			15:30 - 16:00				
8			15:30 - 16:00				

9			15:30 - 16:00		3		
10			15:30 - 16:00			Отбивание мяча на месте, в движении	
11			15:30 - 16:00				
12			15:30 - 16:00		3	Ведение мяча на месте в движении.	
13			15:30 - 16:00				
14			15:30 - 16:00				
15			15:30 - 16:00		3	Подача мяча	
16			15:30 - 16:00				
17			15:30 - 16:00		2	Перебрасывание мячей через сетку	
18			15:30 - 16:00		3	Забрасывание мяча в кольцо	
19			15:30 - 16:00		2	Игра в волейбол	
20			15:30 - 16:00		2	Игра в баскетбол	
21			15:30 - 16:00		1	Игра в футбол	
22			15:30 - 16:00		1	Ведение мяча в разных направлениях	
23			15:30 - 16:00		1	Ведение мяча спиной вперед	
24			15:30 - 16:00		1	Забивание мяча в ворота, передача мяча	
25			15:30 - 16:00		2	Итоговое занятие: игра «Волейбол»	
26			15:30 - 16:00				
27			15:30 - 16:00				
28			15:30 - 16:00				
29			15:30 - 16:00				
30			15:30 - 16:00				
31			15:30 - 16:00				
32			15:30 - 16:00				

Физкультурный зал

Диагностика

I блок: упражнения с передачей мяча					
	Тест	Условия выполнения	Результат		
			Уровень В - желаемый уровень 3балла	Уровень А - планируемый минимум образования 2 балла	Большинство компонентов не развиты 1балл
1	Передача мяча двумя руками в парах, стоя на месте	Расстояние 2, 5-3м	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза
2	Передача мяча двумя руками в парах с отскоком о землю	3-4м	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза
3	Передача мяча двумя руками в парах, передвигаясь вперёд боковым галопом	10м (не уронить мяч)	8-10м	5-7м	1-2м
II блок: упражнения с ведением мяча					
1	Ведение мяча на месте двумя руками	10с	Более 10 раз	5-7 раз	1-2 раза
2	Ведение мяча правой и левой рукой вокруг себя	Время не ограничено	Более 10 раз	5-7 раз	1-2 раза
3	Ведение мяча правой и левой рукой, шагом продвигаясь вперёд	Расстояние 10м (не потерять мяч)	10м	5м	1-2м
III блок: упражнения с бросками мяча в корзину					
1	Бросок мяча в корзину, поставленную на пол, способом от груди	10 бросков, расстояние до корзины 2м	8-10 раз	3-7 раз	0-2м
2	Бросок мяча в кольцо, стоя на месте, двумя руками,	5 бросков, расстояние до кольца 2,5-3м	4-5раз	2-3 раза	0-1раз

	способом из-за ГОЛОВЫ				
3	Бросок мяча в кольцо после ведения с фиксации остановки	3 броска, ведение – 5м	3 раза	1-2 раза	0
Сумма баллов за тесты			27	18	9

Уровень В - желаемый уровень – от 19 до 27 баллов, ребёнок освоил все элементы владения мячом, выполняет уверенно, свободно, в хорошем темпе.

Уровень А - планируемый минимум образования – от 10 до 18 баллов, ребёнок выполняет все элементы владения мячом, но допускает незначительные ошибки.

Большинство компонентов не развиты – от 0 до 9 баллов, ребёнок допускает много ошибок, слабо координирован, глазомер слабо развит.