

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Новолялинского муниципального округа «Детский сад № 15 «Березка»

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 17.08.2026г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом заведующего
МАДОУ НМО «Детский сад № 15
«Березка» от 17.08.2026г. № 60

Программа дополнительного образования

«Школа мяча»

Возраст обучающихся 5-7 лет

Срок реализации 1 год

Возраст обучающихся: дети 5-7 лет
Срок реализации программы: 2 года

Содержание

№	Содержание	Страница
1.	Комплекс основных характеристик программы	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи программы	6
1.3.	Содержание программы	8
1.3.1.	Учебный (тематический) план	8
1.3.2.	Содержание учебного (тематического) плана	10
1.4.	Планируемые результаты	22
2.	Комплекс организационно- педагогических условий	
2.1.	Материально-техническое обеспечение	23
2.2.	Кадровое обеспечение	24
2.3.	Методические материалы	24
3.	Список литературы	27
	Приложение	29

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка.

Настоящая дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-оздоровительной направленности «Школа мяча» разработана в соответствии с нормативно- правовыми документами:

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;

2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155;

3. Санитарные правила СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 2 июня 2026 года № 19);

4. Постановление от 28 января 2021 года № 2
об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;

6. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

7. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г.;

8. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09- 3242);

9. Устав МАДОУ НМО «Детский сад №15 «Березка»;

10. Основная образовательная программа ДОО.

Отличительными особенностями данной программы является расширение возможностей физического воспитания на основе планирования и организации процесса развития двигательных способностей в процессе игры с мячом и максимального приближения занятий к игровой деятельности, соответствие их содержания возможностям и подготовленности детей; социально-личностная направленность программных задач.

Приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, чёткость и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство коллективизма. Оптимальный объем развития двигательных качеств — одно из условий сохранения и укрепления здоровья детей 5-7 лет.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Мяч - это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания. Упражнения в бросании, катании, ведении мяча способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствует пространственную ориентировку, формируют умения действовать с мячом, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилие с расстоянием, развивают выразительность движений. Занимаясь с мячами различного веса и объёма, развиваются не только крупные мышцы, но и мелкие. Увеличивается подвижность в суставах пальцев и кистей, голени и стопы, усиливается кровообращение.

Направленность. Дополнительная образовательная программа «Школа мяча» носит физкультурно- спортивную направленность развития детей старшего дошкольного возраста.

Актуальность. Дополнительная образовательная программа «Школа мяча» разработана в соответствии с требованиями ФГОС и предполагает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями детей старшего дошкольного возраста, с учетом способностей и состояния здоровья детей.

Данная программа физкультурно-оздоровительной направленности «Школа мяча» разработана для детей старшего дошкольного возраста на основе учебно-методического пособия «Школа мяча» Н.И. Николаевой.

Отличительная особенность. Наряду с физическим развитием детей решаются задачи нравственного, умственного и эстетического воспитания. Во время выполнения движений детьми педагог активно формирует у них нравственно-волевые качества: целеустремленность, настойчивость, выдержку, смелость. Действия с мячом занимают большое место в работе по физической культуре, используются детьми в самостоятельных играх и упражнениях. С удовольствием дети катают мячи, забрасывают их в ящик, корзину. Эти движения нравятся ребенку своей доступностью. Бросать, катать, метать можно мячи большие и маленькие, резиновые и надувные. Упражнения выполняются стоя, сидя, лежа и в разных направлениях.

Таким образом, данная работа предусматривает разнообразную деятельность детей, дает возможность раскрыть творческий потенциал каждого ребенка, выявить и развить его интересы, а также способствует эмоциональной смене деятельности.

Новизна дополнительной образовательной программы заключается в интеграции воспитательно- образовательного процесса. Особое внимание уделяется формированию двигательных навыков и закреплению на основе высокой степени повторяемости оптимальной последовательности способами владения мячом.

Адресат программы. Программа рассчитана на воспитанников 5-7 лет, разновозрастная группа. Для развития организма ребенка – дошкольника и его разнообразной двигательной деятельности большую ценность представляют основные движения. Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом.

Упражнения с мячом различного объема развивают крупные и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и костей, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник и способствуют выработке хорошей осанки. Развивают физические качества: такие как быстрота, выносливость, ловкость, равновесие и гибкость.

Для обучения принимаются все желающие, группы формируются из детей 5-6 летнего возраста, 6-7 летнего возраста.

Объем программы. Общий объем программы 72 часа. Программа рассчитана на два года обучения, 1 год обучения 36 часов, 2 год обучения 36 часов в год. Занятия проходят один раз в неделю.

Уровень программы: стартовый.

Форма обучения: Занятия реализуются в очной, традиционной форме обучения. Форма организации занятий- групповая (до 10 человек).

Особенности организации образовательного процесса: традиционная модель.

Режим занятий: Основной формой работы с детьми является игровое занятие, продолжительность которого, соответствует возрастным нормам детей:

- 1-й год обучения- 1 раз в неделю по 25 минут (1 академический час);
- 2-й год обучения- 1 раз в неделю по 30 минут (1 академический час).

Форма проведения занятий: игровая ситуация.

Срок реализации программы: 2 года.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы: повышение уровня физического развития дошкольников посредством освоения движений с мячом.

Реализация цели предполагает решение ряда задач:

Оздоровительные:

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие;
- способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма, улучшению физического развития, физической подготовленности детей.

Образовательные:

- Познакомить детей с историей, правилами и элементами спортивных игр: баскетбол, волейбол, футбол, фитбол;
- Формировать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину, ворота, умение применять их в игровой ситуации;
- Научить детей передавать, ловить, вести и бросать мяч, сочетать эти действия между собой, а также с другими действиями с мячом и без мяча.
- Формировать умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом, ориентироваться на площадке.

Развивающие:

- Развивать глазомер, координацию, ритмичность, согласованность движений;
- Развивать физические качества ребёнка: быстроту, ловкость, выносливость, силу;
- Развивать способность действовать с мячом на достаточно высоком уровне.

Воспитательные:

- Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

Принципы построения программы:

Основные принципы:

- Обеспечивает всестороннее развитие каждого ребенка, в том числе развитие социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка;
- Реализует принцип возрастного соответствия – предлагает содержания и методы дошкольного образования в соответствии с психологическими законами развития и возрастными возможностями детей;

- Сочетает принципы научной обоснованности и практической приемственности – соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогике и может быть успешно реализована в массовой практике дошкольного образования;
 - Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности – решает поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму»;
 - Объединяет обучение и воспитание в целостный образовательный процесс на основе традиционных российских духовно- нравственных и социокультурных ценностей;
 - Построена на принципах позитивной социализации детей на основе принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства;
 - Обеспечивает преемственность между всеми возрастными дошкольными группами и детским садом и начальной школой;
 - Реализует принцип индивидуализации дошкольного образования, что означает построение образовательного процесса с учетом индивидуальных особенностей, возможностей и интересов детей;
 - Базируется на личностно- ориентированном взаимоотношении взрослого с ребенком, что означает понимание уникальности, неповторимости каждого ребенка, поддержку и развитие инициативы детей в различных видах деятельности;
 - Предусматривает учет региональной специфики и варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;
 - Реализует принцип открытости дошкольного образования;
 - Предусматривает эффективное взаимодействие с семьями воспитанников;
 - Предусматривает создание современной информационно-образовательной среды организации;
 - Предлагает механизм профессионального и личностного роста педагогов.
- Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания.

Принципы физического развития

дидактические	специальные	Гигиенические
1. Систематичность и последовательность. 2. Развивающее обучение. 3. Доступность. 4. Воспитывающее обучение. 5. Учет индивидуальных и возрастных особенностей. 6. Сознательность и активность ребенка. 7. Наглядность.	1. Непрерывность. 2. Последовательность наращивания тренирующих воздействий. 3. Цикличность.	1. Сбалансированность нагрузок. 2. Рациональность чередования деятельности и отдыха. 3. Возрастная адекватность. 4. Оздоровительная направленность всего образовательного процесса. 5. Осуществление личностно-ориентированного обучения и воспитания.

1.3 Содержание программы

1.3.1 Учебный (тематический) план 1 года обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение в образовательную программу	2	0,25	0,75	Беседа, просмотр презентации, подвижные игры
2.	Прокатывание мяча двумя руками, подбрасывание мяча	1	0.25	0,75	Наблюдение, игра
3.	Передача мяча,	2	0.50	1,50	Наблюдение, игра
4.	Введение мяча змейкой, ОРУ с мячом в руках	2	0.50	1,50	Наблюдение, игра
5	Перекачивание мяча друг другу в парах из положения сидя ноги врозь	1	0,25	0,75	Наблюдение, игра

6	Перекатывание мяча друг другу в парах, из положения присед, подбрасывание и ловля мяча	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
7	Прокатывание мяча в ворота с расстояния 1,5-2м., прокатывание мяча с препятствиями	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
8	Передача мяча правой (левой) ногой, введение мяча ногами в ворота	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
9	Отбивание мяча на месте, введение мяча до кольца	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
10	Подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля, бросание мяча вверх и ловля после хлопка	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
11	Бросание мяча двумя руками из-за головы,	2	0.50	1.50	Наблюдение, игра
12	Бросание мяча двумя руками от груди, ловля после отскока от стены	1	0,25	0,75	Наблюдение, игра
13	Перебрасывание волейбольного мяча через сетку, игра в пионербол	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
14	Игра в волейбол по упрощенным правилам	1	0,25	0,75	Наблюдение, игра
15	Введение теннисного мяча на ракетке, отбивание о стену	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
16	Введение теннисного мяча через препятствия, перебрасывание через сетку	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра

17	Метание мяча вдаль	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
18	Метание мяча горизонтальную (вертикальную) цель	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
19	Развитие выносливости, круговая тренировка, ловля и передача мяча через сетку	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
20	Повторение	1	-	1	Наблюдение, игра
21	Повторение	1		1	Наблюдение, игра
	Итого	36		36	

1.3.2. Содержание учебного (тематического) плана 1 года обучения

1.Тема: Введение в образовательную программу

Теория. Знакомство с детьми. Рассказ о целях и задачах обучения по программе, знакомство с планом и расписанием на год.

Практика. Диагностика. Выявления уровня владение с мячом.

2.Тема: Прокатывание мяча двумя руками, подбрасывание

мяча Теория. Знакомство с техникой прокатывания и подбрасывания мяча.

Практика. Подвижная игра «Прокати не урони». Дети прокатывают мяч по скамейке и стараются не уронить мяч на пол. Малоподвижная игра «Подбрось и поймай». Дети подбрасывают мяч вверх и стараются его поймать и не уронить. Подвижная игра «Удочка» на развитие внимание, реакции и ловкости.

3.Тема: Передача мяча

Теория. Знакомство детей с передачей мяча в парах. Закрепление полученных навыков.

Практика. По сигналу дети передают мяч друг другу стараясь не уронить мяч на пол. На усложнение передача мяча в парах, побеждает та пара которая быстрее передаст мяч 10 раз друг другу и не уронив его. Эстафета «Кто быстрее до флажка». Дети делятся на две команды. Задание с мячом в руках быстро добежать до флажка и вернуться обратно. Передать мяч следующему игроку.

4. Тема: Введение мяча змейкой, ОРУ с мячом в руках

Теория. Знаком детей с техникой введения мяча и общеразвивающими упражнениями с мячом. Закрепление полученных навыков.

Практика. Эстафета «Змейка» Первый в колонне участник должен по сигналу вести мяч правой (левой рукой) до ориентира, змейкой обводя предметы, и возвратится обратно. Передать мяч следующему игроку. Эстафета «Ловкачи» Бег до ориентира с высоким подниманием бедра, бег обратно – с захлестом голени (мяч за спиной).

5. Тема: Перекатывание мяча друг другу в парах, из положения сидя ноги врозь

Теория. Знакомство детей с техникой перекатывания мяча в парах, из положения сидя ноги врозь.

Практика. Игровое упражнение «Перекасти мяч прямо». Дети перекатывают мяч друг другу по прямой. Подвижная игра «Догони мяч». Дети перебрасывают мяч через веревочку из за головы и по сигналу догоняют их.

6. Тема: Перекатывание мяча друг другу в парах, из положения присед

Теория. Закрепление техники перекатывания мяча друг другу.

Практика. Игровое упражнение «Перекасти мяч прямо» с увеличением расстояния между парами, надо перекатить мяч соевей паре, чтобы он не укатился. Подвижная игра «Пролезь в тоннель», с мячом в руках из положения присед проползти в тоннель не уронив мяч.

7. Тема: Прокатывание мяча в ворота с расстоянием 1.5- 2м., прокатывание мяча с препятствиями

Теория. Знакомство детей с техникой прокатывания мяча с попаданием в ворота, преодолевая препятствия.

Практика. Игровое упражнение «Мячом в ворота попади» Катим мяч вперед так чтобы он прокатился сразу через все воротики. Игровое упражнение «Прокати не задень» Прокатывание мяча через препятствия и закатыванием в ворота. Подвижная игра «Докати мяч до домика» через препятствия под музыкальное сопровождение прокатить мяч к домику, успев чтобы не закончилась музыка.

8. Тема: Передача мяча правой (левой) ногой, введение мяча ногой в

ворота Теория. Знакомство детей с техникой введения мяча ногами

Практика. Игровое упражнение «Прокати мяч» дети правой (левой) ногой ведут мяч по прямой линии. Игровое упражнение «Мячом в ворота попади» Ногой катим мяч вперед так чтобы он попал в ворота. Подвижная игра «Футбол» по упрощенным правилам.

9. Тема: Отбивание мяча на месте, введение мяча до

кольца Теория. Знакомство детей с техникой отбивания и введения мяча.

Практика. Игровое упражнение Отбивание мяча на месте «Кто дольше».

Поочередно правой (левой) рукой стоя на одном месте, отбиваем мяч одной рукой об пол без остановки. Игровое упражнение Введение мяча и бросок в корзину. Дети друг за другом ведут мяч двумя руками, доходя до метки, бросают мяч в корзину. И.М.П. «Шмель» Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребёнок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг.

10. Тема: Подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля, бросание мяча вверх и ловля после

хлопка Теория. Знакомство детей с техникой подбрасывания мяча вверх.

Практика. Игровые упражнения: броски мяча вверх одной рукой и ловля двумя руками

- броски мяча вверх одной рукой и ловля двумя руками после отскока от пола, стоя на месте
- броски мяча вверх с хлопком перед собой и ловля двумя руками стоя на месте

- броски мяча об пол с хлопком перед собой и ловля двумя руками стоя на месте
- броски мяча с хлопком и ловля двумя руками после отскока стоя на месте.

Подвижная игра «Мяч с топотом». Игрок, поймавший мяч, старается его осалить. Если он промахнется, то переходит сам в первую группу, если же попадет мячом, то осаленный переходит во вторую группу. Побеждает группа, в которой окажется больше детей.

11. Тема: Бросание мяча из- за

головы Теория. Знакомство детей с техникой бросания мяча из- за головы.

Практика. Игровые упражнения: Перебрасывание мяча в парах, из-за головы, затем через шнур. Игровые упражнения в парах:

- передача мяча друг другу сбоку, стоя спиной друг к другу
- передача мяча друг другу сверху-снизу. Словесно двигательная игра «Игра с мячом» закрепление бросания мяча.

12. Тема: Бросание мяча двумя руками от груди, ловля после отскока от стены

Теория. Знакомство детей с техникой бросания мяча двумя руками от груди, ловля после отскока от

стены

Практика. Игровые упражнения - броски мяча от груди рукой и ловля двумя руками после отскока от пола, стоя на месте

- броски мяча от груди и ловля двумя руками после отскока от стены. ИМП «Родео» - гимнастический мат кладут на мячи, ребенок встает на мат. Кто дольше удержится на воображаемом «родео».

13. Тема: Перебрасывание волейбольного мяча через

сетку Теория. Знакомство детей с техникой перебрасывания мяча через сетку.

Практика. Игровое упражнение «Перебрось не задень», перебрасывания мяча через сетку не задевая ее. Игровое упражнение «Перебрось и догони», перебросить мяч через сетку и подлезая под ней догнать его. Подвижная игра «Пионербол» по упрощенным правилам.

14. Тема: Игра в волейбол по упрощенным правилам

Теория: Закрепить знания правил игры в пионербол.

Практика. Игровое упражнение «Перебрось не задень», перебрасывания мяча через сетку не задевая ее. Игровое упражнение «Перебрось и догони», перебросить мяч через сетку и подлезая под ней догнать его. Подвижная игра «Пионербол» по упрощенным правилам.

15. Тема: Введение теннисного мяча на ракетке, отбивание о

стену Теория. Знакомство детей с теннисным мячом и ракеткой, правильным владением.

Практика. Игровое упражнение «Пройди не урони» пронести теннисный мяч на ракетке по прямой линии. Игровое упражнение «Отбей-поймай» отбить теннисный мяч ракеткой после отбивания о стену. МПИ «Пинг- Понг» по упрощенным правилам.

16. Тема: Ведение теннисного мяча через препятствия , перебрасывание через сетку.

Теория. Знакомство детей с техникой введения теннисного мяча через препятствия.

Практика. Игровое упражнение «Перешагни и не урони» пронести теннисный мяч на ракетке змейкой, перешагивая предметы. МПИ «Пинг- Понг» закрепление знаний правил и техники игры.

17. Тема: Метание мяча в даль

Теория. Знакомство детей с техникой метания мяча малого диаметра в даль.

Практика. Игровые упражнения «Попади в цель» -попасть мячом малого диаметра в центр обруча, - попади мячом в корзину, - попади мячом в большой мяч. МПИ «Сбей кегли» попасть мячом в кегли и постараться сбить все.

18. Тема: Метание мяча в горизонтальную (вертикальную)

цель Теория. Знакомство детей с техникой метания теннисного мяча в цель.

Практика. Игровое упражнение «Попади не промахнись» попасть теннисным мячом в центр мишени. Подвижная игра

«Пробеги быстрее соперника» перенести теннисный мяч на ракетке на другую сторону быстрее соперника.

19. Тема: Развитие выносливости, круговая тренировка, ловля и передача мяча через

сетку Теория: Знакомство детей с техникой владения мяча в движении не меняя направления.

Практика. Игровые упражнения в движении

- перебрасывание мяча большого диаметра через сетку из- за головы;
- перебрось и догони;
- перебрасывание мяча в паре через сетку от груди;

Подвижная игра «Проползи не задень» проползти под сеткой в приседе, обратно прокатить и догнать мяч.

1.3.3 Учебно- тематический план 2 года обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение в образовательную программу, закрепление навыков	2	0,25	0,75	Беседа, просмотр презентации, подвижные игры
2.	Прокатывание мяча двумя руками с препятствиями, подбрасывание мяча	1	0.25	0,75	Наблюдение, игра
3.	Передача мяча, передача мяча со скамейки	2	0.50	1,50	Наблюдение, игра
4.	Введение мяча змейкой на высоте 10-20см., ОРУ с мячом в руках	2	0.50	1,50	Наблюдение, игра

5	Перекатывание мяча друг другу в парах из положения сидя на скамейке лицом друг к другу.	1	0,25	0,75	Наблюдение, игра
6	Перекатывание мяча друг другу в парах, из положения присед на скамейке, подбрасывание и ловля мяча	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
7	Прокатывание мяча в ворота с расстояния 2м-3м., прокатывание мяча с препятствиями	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
8	Передача мяча правой (левой) ногой, введение мяча ногами в ворота с препятствиями	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
9	Отбивание мяча на месте, введение мяча до кольца змейкой	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
10	Подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля, бросание мяча вверх и ловля после хлопка на возвышенной поверхности	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
11	Бросание мяча двумя руками из-за головы в даль	2	0.50	1.50	Наблюдение, игра
12	Бросание мяча двумя руками от груди, ловля после отскока от стены на расстоянии 1- 1,5м.	1	0,25	0,75	Наблюдение, игра
13	Перебрасывание волейбольного мяча через сетку, игра в пионербол	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
14	Игра в волейбол по упрощенным правилам	1	0,25	0,75	Наблюдение, игра

15	Введение теннисного мяча на ракетке с препятствиями, отбивание о стену	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
16	Введение теннисного мяча через препятствия, перебрасывание через сетку	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
17	Метание мяча вдаль на расстоянии 4-5м.	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
18	Метание мяча горизонтальную (вертикальную) цель на расстоянии 5м.	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
19	Развитие выносливости, круговая тренировка, игра в волейбол	2	0,50	1,50	Наблюдение, игра
20	Повторение	1	-	1	Наблюдение, игра
21	Повторение	1		1	Наблюдение, игра
	Итого	36	36		

1.Тема: Введение в образовательную программу

Теория. Закрепление с детьми знаний и умений видов мячей и спортивных игр с ними. Рассказ о целях и задачах обучения по программе, знакомство с планом и расписанием на год.

Практика. Диагностика. Выявления уровня владения с мячом.

2.Тема: Прокатывание мяча двумя руками с препятствиями, подбрасывание мяча

Теория. Закрепление техники прокатывания и подбрасывания мяча.

Практика. Подвижная игра «Прокати не урони». Дети прокатывают мяч по скамейке и стараются не уронить мяч на пол. Малоподвижная игра «Подбрось и поймай». Дети подбрасывают мяч вверх и стараются его поймать и не уронить. Подвижная игра «Удочка» на развитие внимание, реакции и ловкости.

3.Тема: Передача мяча со

скамейки Теория. Закрепление навыков передачи мяча

Практика. По сигналу дети передают мяч друг другу со скамейки стараясь не уронить мяч на пол. На усложнение передача мяча в парах, побеждает та пара которая быстрее передаст мяч 10 раз друг другу и не уронив его. Эстафета «Кто быстрее до флажка». Дети делятся на две команды. Задание с мячом в руках быстро добежать до флажка и вернуться обратно. Передать мяч следующему игроку.

4. Тема: Введение мяча змейкой на возвышенности , ОРУ с мячом в руках

Теория. Закрепление техники введения мяча и общеразвивающими упражнениями с мячом. Закрепление полученных навыков.

Практика. Эстафета «Змейка» Первый в колонне участник должен по сигналу вести мяч правой (левой рукой) до ориентира, змейкой обводя предметы, и возвратится обратно. Передать мяч следующему игроку. Эстафета «Ловкачи» Бег до ориентира с высоким подниманием бедра, бег обратно – с захлестом голени (мяч за спиной).

5. Тема: Перекатывание мяча друг другу в парах, из положения сидя на скамейке лицом друг к другу

Теория. Закрепление техники перекатывания мяча в парах на возвышенности.

Практика. Игровое упражнение «Перекасти мяч прямо». Дети перекатывают мяч друг другу по прямой.

Подвижная игра «Догони мяч». Дети перебрасывают мяч через веревочку из за головы и по сигналу догоняют их.

6. Тема: Перекатывание мяча друг другу в парах, из положения присед на скамейке, подбрасывание и ловля

мяча Теория. Закрепление техники перекатывания мяча друг другу .

Практика. Игровое упражнение «Перекасти мяч прямо» с увеличением расстояния между парами, надо перекатить мяч своей паре, чтобы он не укатился. Подвижная игра «Пролезь в тоннель», с мячом в руках из положения присед проползти в тоннель не уронив мяч.

7. Тема: Прокатывание мяча в ворота с расстоянием 2- 3м., прокатывание мяча с препятствиями

Теория. Закрепление техники прокатывания мяча с попаданием в ворота, преодолевая препятствия.

Практика. Игровое упражнение «Мячом в ворота попади» Катим мяч вперед так чтобы он прокатился сразу через все воротики. Игровое упражнение «Прокати не задень» Прокатывание мяча через препятствия и закатыванием в ворота. Подвижная игра «Докати мяч до домика» через препятствия под музыкальное сопровождение прокатить мяч к домику, успев чтобы не закончилась музыка.

8. Тема: Передача мяча правой (левой) ногой, введение мяча ногой в ворота с препятствиями

Теория. Закрепление техники владения введения мяча ногами.

Практика. Игровое упражнение «Прокати мяч» дети правой (левой) ногой ведут мяч по прямой линии. Игровое упражнение «Мячом в ворота попади» Ногой катим мяч вперед так чтобы он попал в ворота. Подвижная игра «Футбол» по упрощенным правилам.

9. Тема: Отбивание мяча на месте, введение мяча до кольца змейкой

Теория. Закрепление техники владения отбивания и введения мяча.

Практика. Игровое упражнение отбивание мяча на месте «Кто дальше».

Поочередно правой (левой) рукой стоя на одном месте, отбиваем мяч одной рукой об пол без остановки. Игровое упражнение Введение мяча змейкой и бросок в корзину. Дети друг за другом ведут мяч двумя руками змейкой, доходя до метки, бросают мяч в корзину. И.М.П. «Шмель» Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребёнок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг.

10. Тема: Подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля, бросание мяча вверх и ловля после хлопка на возвышенной поверхности

Теория. Закрепление техники подбрасывания мяча вверх.

Практика. Игровые упражнения: броски мяча вверх одной рукой и ловля двумя руками
- броски мяча вверх одной рукой и ловля двумя руками после отскока от пола, стоя на месте

- броски мяча вверх с хлопком перед собой и ловля двумя руками стоя на месте
- броски мяча об пол с хлопком перед собой и ловля двумя руками стоя на месте
- броски мяча с хлопком и ловля двумя руками после отскока стоя на месте.

Подвижная игра «Мяч с топотом». Игрок, поймавший мяч, старается его осалить. Если он промахнется, то переходит сам в первую группу, если же попадет мячом, то осаленный переходит во вторую группу. Побеждает группа, в которой окажется больше детей.

11. Тема: Бросание мяча из- за головы в даль

Теория. Закрепление техники бросания мяча из- за головы.

Практика. Игровые упражнения: Перебрасывание мяча в парах, из-за головы, затем через шнур. Игровые упражнения в парах:

- передача мяча друг другу сбоку, стоя спиной друг к другу
- передача мяча друг другу сверху-снизу. Игровое упражнение «Кто дальше бросит»

Словесно двигательная игра «Игра с мячом» закрепление бросания мяча.

12. Тема: Бросание мяча двумя руками от груди, ловля после отскока от стены на расстоянии 1,5-2 м.

Теория. Закрепление техники бросания мяча двумя руками от груди, ловля после отскока от стены

Практика. Игровые упражнения - броски мяча от груди рукой и ловля двумя руками после отскока от пола, стоя на месте

- броски мяча от груди и ловля двумя руками после отскока от стены. ИМП «Родео» - гимнастический мат кладут на мячи, ребенок встает на мат. Кто дольше удержится на воображаемом «родео».

13. Тема: Перебрасывание волейбольного мяча через

сетку Теория. Закрепление техники владения перебрасывания мяча через сетку.

Практика. Игровое упражнение «Перебрось не задень», перебрасывания мяча через сетку не задевая ее. Игровое упражнение «Перебрось и догони», перебросить мяч через сетку и подлезая под ней догнать его. Подвижная игра «Пионербол» по упрощенным правилам.

14. Тема: Игра в волейбол по упрощенным правилам

Теория: Закрепление навыков игры в пионербол.

Практика. Игровое упражнение «Перебрось не задень», перебрасывания мяча через сетку не задевая ее. Игровое упражнение «Перебрось и догони», перебросить мяч через сетку и подлезая под ней догнать его. Подвижная игра «Пионербол» по упрощенным правилам.

15. Тема: Введение теннисного мяча на ракетке с препятствиями, отбивание о

стену Теория. Закрепление техникой владения ракеткой и правильным владением.

Практика. Игровое упражнение «Пройди не урони» пронести теннисный мяч на ракетке через препятствия. Игровое упражнение «Отбей-поймай» отбить теннисный мяч ракеткой после отбивания о стену. МПИ «Пинг- Понг» по упрощенным правилам.

16. Тема: Ведение теннисного мяча через препятствия, перебрасывание через сетку.

Теория. Закрепление техники введения теннисного мяча через препятствия.

Практика. Игровое упражнение «Перешагни и не урони» пронести теннисный мяч на ракетке змейкой, перешагивая предметы. МПИ «Пинг- Понг» закрепление знаний правил и техники игры.

17. Тема: Метание мяча в даль 4-5м.

Теория. Закрепление техники метания мяча малого диаметра в даль.

Практика. Игровые упражнения «Попади в цель» -попасть мячом малого диаметра в центр обруча, - попади мячом в корзину, - попади мячом в большой мяч. МПИ «Сбей кегли» попасть мячом в кегли и постараться сбить все.

18. Тема: Метание мяча в горизонтальную (вертикальную) цель на расстоянии 5-6м.

Теория. Закрепление техники метания теннисного мяча в цель.

Практика. Игровое упражнение «Попади не промахнись» попасть теннисным мячом в центр мишени. Подвижная игра «Пробеги быстрее соперника» перенести теннисный мяч на ракетке на другую сторону быстрее соперника.

19. Тема: Развитие выносливости, круговая тренировка, ловля и передача мяча через

сетку Теория: Закрепление техники владения мяча в движении не меняя направления.

Практика. Игровые упражнения в движении

- перебрасывание мяча большого диаметра через сетку из- за головы;
- перебрось и догони;
- перебрасывание мяча в паре через сетку от груди;

Подвижная игра «Проползи не задень» проползти под сеткой в приседе, обратно прокатить и догнать мяч.

1.4 Планируемые результаты

Образовательная деятельность программы «Школа мяча» рассчитана на два года: первый для детей 5-6 лет, второй – для детей 6-7 лет. Обучение дошкольников в «Школе мяча» проходит поэтапно. На каждом занятии навыки владения мячом дети осваивают и закрепляют через игровую деятельность. Объяснения для детей сопровождаются показом и выполнением взрослым необходимых действий с мячом. Известно, что в дошкольном возрасте в воспитании ребёнка доминирующую роль играют зрительные образы, поэтому любое словесное объяснение сопровождается наглядным показом взрослого и многократным повторением упражнений.

Результатом прохождения курса дети должны:

- выполнять общеразвивающие упражнения с мячом в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа);
- согласовывать свои действия с движениями других начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп;
- реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним;
- уверенно, в соответствии с указаниями выполнять физические упражнения с мячом;
- принимать активное участие в подвижных играх с мячом;

- самостоятельно выполнять простейшие действия с мячом;
- прокатывать мяч двумя руками от черты;
- скатывать мяч по наклонной доске;
- прокатывать мяч по скамейке, придерживая его одной или двумя руками;
- перекатывать мяч друг другу в парах, стоя на коленях, из исходного положения присед, сидя на полу;
- прокатывать мяч в ворота с расстояния 1,5-2 м,;
- прокатывать мяч в ворота, стоя парами;
- ловить мяч, брошенный взрослым с расстояния 70-100 см;
- подбрасывать мяч невысоко вверх и ловить его;
- бросать мяч двумя руками из-за головы, от груди, через веревочку;
- перебрасывать мяч друг другу парами (расстояние 1,5-2 м);
- бросать мяч об землю и ловить его;
- отбивать мяч об пол 2-3 раза;
- играть в спортивные игры с мячом.

Раздел 2. Комплекс организационно- педагогических условий.

2.1. Материально – техническое обеспечение

Средства обучения:

Для реализации программы «Школа мяча» в детском саду имеется спортивный зал, снанесенной на полу разметкой. Оборудование соответствует требованиям программы.

Требования к одежде: спортивная форма, кроссовки.

Технические средства	Наглядные пособия	Оборудование и атрибуты
- магнитофон - флеш-карта (презентации, видеоролики, музыкальное сопровождение)	-Презентации, видеоролики, сюжетные картинки	1. Мячи: - резиновые(малые, средние, большие) 1. Фитболы 2. Баскетбольные корзины и мячи 3. Напольные корзины 4. Шнур для натягивания 5. Обручи

		6. Кубики 7. Кегли 8. Гимнастическая скамейка 9. Мишени 10. Коврики 11. Свисток 12. Волейбольная сетка 13. Футбольные мячи и ворота 14. Теннисные мячи и ракетки
--	--	--

2.2. Кадровое обеспечение программы.

Кадры реализации данной программы должны иметь базовое профессиональное образование и необходимую квалификацию, быть способными к инновационной профессиональной деятельности, эффективно использовать здоровьесберегающие технологии в условиях реализации ФГОС, обладать необходимым уровнем методологической культуры и сформированной готовностью к непрерывному образованию в течение всей жизни.

2.3. Методические материалы

1. Методические рекомендации по структуре занятий:

Вводная часть: различные виды ходьбы и бега, подскоков, прыжков, корригирующие упражнения. Основная часть: ОРУ, упражнения с мячом, элементы спортивных игр, п/и, эстафеты с мячом.

Заключительная часть: м/п игра, ходьба, релаксация.

(Занятия проводятся в спортивном зале, в теплое время года на спортивной площадке).

2. Методика обучения игре в баскетбол.

Успешное выполнение игровых действий с мячом связано с овладением детьми наиболее целесообразными приемами перемещения по площадке. Детей учат принимать основную стойку баскетболиста: ноги умеренно согнуты в коленях, расставлены на ширину плеч, одна из них выставлена на полшага вперед; тяжесть тела распределяется на обе ноги равномерно; руки согнуты в локтях, прилегают к туловищу.

Передвижение по площадке осуществляется преимущественно бегом, который сочетается с ходьбой, остановками, поворотами и прыжками. Упражнения в перемещении по площадке совмещаются с действиями с мячом. Следует

помнить, что, удерживая мяч двумя руками, ребенок должен охватывать его широко расставленными пальцами не совсем сбоку, а несколько сзади. Мяч лучше держать так, чтобы он не закрывал лицо играющего и не ограничивал видимости. При ловле мяча его встречают руками, захватывают пальцами и, сгибая руки, мягко подтягивают к себе, не прижимая к груди. Кисти рук при этом должны быть расслаблены, а ноги надо эластично сгибать. Передача мяча и его ловля выполняются сначала с места, потом в движении, одновременно двумя (от груди) и одной рукой (от плеча). Эти упражнения усложняют последовательно. От индивидуальных действий с мячом детей переводят к упражнениям парами. Позднее группе детей начинают приучать к правильной технике передачи мяча: в правильной стойке, держа мяч на уровне груди двумя руками, ребенок совершает небольшое дугообразное движение к туловищу по направлению вниз - на грудь, а затем, разгибая одновременно руки и ноги и действуя всем корпусом, он посылает мяч активным движением кистей вперед.

Броскам мяча в корзину детей обучают одновременно с обучением передаче мяча, так как эти движения сходны по структуре. Однако в броске мяча, в отличие от передачи, ребенок описывает мячом, который он удерживает в исходном положении у груди, небольшую дугу вниз на себя, а затем бросает его, выпрямляя руки вверх, но не вперед. Одновременно разгибаются ноги, туловище устремляется вверх - вперед, происходит приподнимание на носки, руки сопровождают полет мяча, отталкивают его кистями, направляя в корзину. Прицеливаясь, следует смотреть в ту точку, в которую хочешь попасть мячом, поднимая при этом голову. Детей упражняют в бросании мяча в цель через веревку, сетку, высота которых постепенно увеличивается.

3. Методика обучения катанию, бросанию и ловле, метанию.

Катание — полезное упражнение, помогающее овладеть мячом, тренирующее мышцы пальцев и кисти, приучающее правильно оценивать направление движения мяча и необходимые при этом мышечные усилия. Для успешного прокатывания следует направлять мяч вперед, стараясь, чтобы он не уклонялся в сторону, толчок должен быть сильным и уверенным. Толчок должен выполняться пальцами выпрямленных рук, как бы сопровождая ими движение мяча. Бросание и ловля — более сложные движения, требующие глазомера. При ловле мяча важно правильно оценить направление его полета, а при броске сочетать необходимое направление с силой броска. Полезно подбрасывание мяча вверх. Оно связано с активным выпрямлением, как бы потягиванием за брошенным предметом, и это упражнение, помимо укрепления мышц плечевого пояса, содействует хорошей осанке. При овладении действиями с мячом большое место занимают индивидуальные упражнения, самостоятельные попытки детей играть с мячом: бросать его в любом направлении, использовать усвоенный способ броска - снизу, сбоку, от плеча. Бросок о землю должен выполняться вертикально вниз с соблюдением точности направления и определенной силы толчка. При слабом ударе приходится наклоняться вниз, чтобы поймать мяч, а при излишне сильном ударе мяч высоко взлетает и его трудно поймать. Успех в данном упражнении во многом зависит от состояния поверхности, поэтому бросание мяча вниз инструктор организует

на асфальтовой дорожке, плотной, ровной площадке.

Мяч, брошенный вверх или отскочивший от земли, ловят двумя руками одновременным хватом с двух сторон или снизу, подставляя ладони под взлетевший мяч. Пальцы слегка согнуты, образуя как бы чашу. Мяч, брошенный сверстником, надо ловить не прижимая к груди, стараясь встречать при ловле пальцами, руки выпрямлять по направлению к летящему мячу, а поймав, согнуть их и подтянуть мяч к груди. Дети ловко и непринужденно бросают и ловят мяч. Поэтому они могут находиться в разных положениях - сидя, стоя, парами.

Метание в цель (горизонтальную и вертикальную) выполняется мячами резиновыми или теннисными, мешочками с песком, шишками, снежками. Горизонтальной целью может служить ящик, пенек, корзина, вертикальной - щит с нарисованным кругом, обруч, большой мяч, дерево и т.п. в зависимости от характера цели, веса и величины метаемого снаряда выбирается способ метания. Большой мяч в корзину или лежащий на земле обруч бросают двумя руками снизу, маленький мяч или шишку — одной рукой. В вертикально расположенную цель чаще бросают небольшой снаряд одной рукой. В метании надо обращать внимание на чередование бросков правой или левой рукой - это важно для гармоничного развития обеих рук, для профилактики появления нарушения осанки.

Метание вдаль не требует такой точности, глазомера, как метание в цель. Движения детей здесь более свободные, размашистые, энергичные. Часто, бросок, хотя и резкий, направляется вниз, и предмет падает близко от ребенка (в пределах 0,5,- Дм), детей надо обучить правильному метанию вперед-вверх. По такой траектории мяч улетит далеко. Без зрительного ориентира дети с трудом понимают, как это выполнить. Поэтому инструктор предлагает перебросить мяч через куст, ветку дерева или подвешивает веревку несколько выше поднятой руки ребенка. Дети располагаются на расстоянии 2 - 3 м. сам инструктор должен правильно показать детям движение с соблюдением всех основных требований техники или для показа подготовить ребенка, умеющего хорошо метать. Метание вдаль выполняется разными способами: от плеча, из-за спины через плечо с предварительным замахом, снизу, сверху, сбоку.

Вдаль метают мячи, мешочки с песком, шишки, снежки. Вырезанные из картона круги метают способом сбоку, напоминающим метание диска. Мячи должны быть разнообразными: маленькие резиновые или теннисные диаметром 5-6 см. Для некоторых упражнений и игр используются надувные мячи. Мячи должны хорошо отскакивать.

4. Методика обучения игре в футбол

Для организации занятий по физическому воспитанию с детьми младшего возраста на основе использования элементов игры в футбол необходимо осуществить ряд последовательных мероприятий. Суть их заключается в подготовке мест и инвентаря в спортивном зале или на спортивной площадке, подборе соответствующих возрастным особенностям способов владения мячом, создании условий выполнения различных движений в голеностопном, коленном и тазобедренном суставах, использовании упражнений для двигательного действия футболиста (удары по мячу, передачи, остановки, ведения).

Рекомендуется применять специальные упражнения в следующей последовательности: на развитие «чувства мяча»; на обучение ударам; на обучение остановок и передач; на обучение ведения; комбинированные упражнения, направленные на закрепление и совершенствование игры в футбол. Занятия необходимо проводить длительностью по 15 минут. Включать элементы игры в футбол в каждое занятие в процентном соотношении 25% от общего времени занятий.

В процессе деятельности необходимо использовать упражнения, в условиях обеспечивающих интеграцию познавательной и двигательной деятельности детей. Для этого необходимо подготовить спортивный _ инвентарь и оборудование с дидактической символикой (мячи, ворота, ориентиры, мишени, обводки).

Игра в футбол по упрощенным правилам проводится малыми командами от 2 до 4 человек. Рекомендуемая длительность игры - два тайма по 3 минуты

Перед игрой детей знакомят с правилами игры в футбол.

На каждом этапе обучения необходимо осуществлять анализ выполнения детьми двигательных действий и установить основные ошибки. Определить, в какой фазе движений они происходят, использовать подводящие упражнения различными частями тела, таким образом, чтобы достичь согласования отдельных движений.

Санитарно- гигиенические требования

Занятия проводятся в спортивном зале, при хороших погодных условиях на спортивной площадке, соответствующие требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Где имеется хорошее освещение и помещение периодически проветривается.

Раздел 3. Список литературы.

1. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет » К.К. Утробина, издательство ГНОМ и Д, 2004 г.
2. «Игры и развлечения детей на свежем воздухе» Т.И. Осокина, Е.А.Тимофеева М. «Просвещение»,1983г.;
3. «Баскетбол для дошкольников» Э.Й. Адашкявичене, М. «Просвещение», 1983 г.;
4. «Быстрый мяч» Моисеева Е.В., Леукина А.П., Первойкин М.С., Чеменева А.А., Мозаика-Синтез, Москва 2022;
5. «Фитбол-гимнастика в физическом воспитании детей дошкольного возраста» Власенко Н.Э.Детство-Пресс 2020;
6. «Игры с элементами спорта» Волошина Л.Н., Курилова Т.В., Москва 2004 г.;

7. «Игры детей мира» Линго Т.И. , Академия развития, 1998 г.;
8. «Любимые детские игры» Гришина Г.Н., Москва, 2001 г.;
9. «Сборник подвижных игр для занятий с детьми», Степаненкова Э.Я., Мозаика – Синтез, 2021 г.;
10. «Малоподвижные игры и игровые упражнения», Борисова М.М., Мозаика – Синтез, 2022 г.
11. «Школа мяча» Н.И. Николаева. СП. «Детство- Пресс» 2008г.
12. Парциальная программа «Быстрый мяч» мини- футбол для дошкольников, под редакцией А.А. Чеменевой, МОЗАИКА-СИНТЕЗ МОСКВА 2022г.

Календарный учебный график 1 года обучения

№	Месяц	Число	Время	Кол-во часов	Тема занятий	Место	Форма контроля
1.	Сентябрь	8-15	25мин	2	Введение в образовательную программу	Спортивный зал	Беседа, просмотр презентации, подвижные игры
2.		22	25мин	1	Прокатывание мяча двумя руками, подбрасывание мяча	Спортивный зал	Наблюдение, игра
3.	Октябрь	29-6	25мин	2	Передача мяча,	Спортивный зал	Наблюдение, игра
4.		13-20	25мин	2	Введение мяча змейкой, ОРУ с мячом в руках	Спортивный зал	Наблюдение, игра
5		27	25мин	1	Перекачивание мяча друг другу в парах из положения сидя ноги врозь	Спортивный зал	Наблюдение, игра
6	Ноябрь	3-10	25мин	2	Перекачивание мяча друг другу в парах, из положения присед, подбрасывание и ловля мяча	Спортивный зал	Наблюдение, игра
7		17-24	25мин	2	Прокатывание мяча в ворота с расстояния 1,5-2м., прокатывание мяча с препятствиями	Спортивный зал	Наблюдение, игра
8	Декабрь	1-8	25мин	2	Передача мяча правой (левой) ногой, введение мяча ногами в ворота	Спортивный зал	Наблюдение, игра
9		15-22	25мин	2	Отбивание мяча на месте, введение мяча до кольца	Спортивный зал	Наблюдение, игра
10		29-12	25мин	2	Подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля, бросание мяча вверх и ловля после хлопка	Спортивный зал	Наблюдение, игра

11	Январь	19-26	25мин	2	Бросание мяча двумя руками из-за головы,	Спортивный зал	Наблюдение, игра
12		31	25мин	1	Бросание мяча двумя руками от груди, ловля после отскока от стены	Спортивный зал	Наблюдение, игра
13	Февраль	2-9	25мин	2	Перебрасывание волейбольного мяча через сетку, игра в пионербол	Спортивный зал	Наблюдение, игра
14		16	25мин	1	Игра в волейбол по упрощенным правилам	Спортивный зал	Наблюдение, игра
15	Март	23-1	25мин	2	Введение теннисного мяча на ракетке, отбивание о стену	Спортивный зал	Наблюдение, игра
16		8-15	25мин	2	Введение теннисного мяча через препятствия, перебрасывание через сетку	Спортивный зал	Наблюдение, игра
17	Апрель	22-5	25мин	2	Метание мяча вдаль	Спортивный зал	Наблюдение, игра
18		19-26	25мин	2	Метание мяча горизонтальную (вертикальную) цель	Спортивный зал	Наблюдение, игра
19	Май	2-9	25мин	2	Развитие выносливости, круговая тренировка, ловля передача мяча через сетку	Спортивный зал	Наблюдение, игра
20		17	25мин	1	Повторение	Спортивный зал	Наблюдение, игра
21		24	25мин	1	Повторение	Спортивный зал	Наблюдение, игра
				36	Итого		

Календарный учебный график 2 года обучения

№	Месяц	Число	Время	Кол-во часов	Тема занятий	Место	Форма контроля
1.	Сентябрь		25мин	2	Введение в образовательную программу, закрепление	Спортивный	Беседа, просмотр

					навыков	зал	презентации, подвижные игры
2.			25мин	1	Прокатывание мяча двумя руками с препятствиями, подбрасывание мяча	Спортивный зал	Наблюдение, игра
3.	Октябрь		25мин	2	Передача мяча, передача мяча со скамейки	Спортивный зал	Наблюдение, игра
4.			25мин	2	Введение мяча змейкой на высоте 10-20см., ОРУ с мячом в руках	Спортивный зал	Наблюдение, игра
5			25мин	1	Перекачивание мяча друг другу в парах из положения сидя на скамейке лицом друг к другу	Спортивный зал	Наблюдение, игра
6	Ноябрь		25мин	2	Перекачивание мяча друг другу в парах, из положения присед на скамейке, подбрасывание и ловля мяча	Спортивный зал	Наблюдение, игра
7			25мин	2	Прокатывание мяча в ворота с расстояния 2-3м., прокатывание мяча с препятствиями	Спортивный зал	Наблюдение, игра
8	Декабрь		25мин	2	Передача мяча правой (левой) ногой, введение мяча ногами в ворота с препятствиями	Спортивный зал	Наблюдение, игра
9			25мин	2	Отбивание мяча на месте, введение мяча до кольца змейкой	Спортивный зал	Наблюдение, игра
10			25мин	2	Подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля, бросание мяча вверх и ловля после хлопка на возвышенной поверхности	Спортивный зал	Наблюдение, игра
11	Январь		25мин	2	Бросание мяча двумя руками из-за головы в даль	Спортивный зал	Наблюдение, игра
12			25мин	1	Бросание мяча двумя руками от груди, ловля после отскока от стены на расстоянии 1-1,5м.	Спортивный зал	Наблюдение, игра
13	Февраль		25мин	2	Перебрасывание волейбольного мяча через сетку, игра в пионербол	Спортивный зал	Наблюдение, игра

14			25мин	1	Игра в волейбол по упрощенным правилам	Спортивный зал	Наблюдение, игра
15	Март		25мин	2	Введение теннисного мяча на ракетке с препятствиями, отбивание о стену	Спортивный зал	Наблюдение, игра
16			25мин	2	Введение теннисного мяча через препятствия, перебрасывание через сетку	Спортивный зал	Наблюдение, игра
17	Апрель		25мин	2	Метание мяча вдаль 4-5 м.	Спортивный зал	Наблюдение, игра
18			25мин	2	Метание мяча горизонтальную (вертикальную) цель на расстоянии 5-6м.	Спортивный зал	Наблюдение, игра
19	Май		25мин	2	Развитие выносливости, круговая тренировка, ловля передача мяча через сетку	Спортивный зал	Наблюдение, игра
20			25мин	1	Повторение	Спортивный зал	Наблюдение, игра
21			25мин	1	Повторение	Спортивный зал	Наблюдение, игра
				36	Итого		

