

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка - детский сад №74 «Маячок»

Рассмотрена на педагогическом
совете МАДОУ (протокол № 4
от 21.05.2024 г.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «ЦРР –
детский сад № 74 «Маячок»

И.В. Чеснокова
« _____ » _____ 2024 г.



**Дополнительная
общеобразовательная программа
физкультурно-спортивной направленности
«Игры с мячом»
ознакомительный уровень**

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации программы: 2 года

Автор программы: Федорова М.Н.,
педагог дополнительного образования

Великий Новгород
2024 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности ознакомительного уровня «Игры с мячом» составлена на основе учебно-методического пособия Н.И. Николаевой «Школа мяча».

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. При систематическом обучении дети без проблем совершают сложные координированные движения, начинают логически осмысливать свои действия, значительно улучшаются навыки владения мячом: свободно держать, передавать, бросать, вести мяч, следить за ним. Кроме того, правильно подобранные упражнения с мячом могут способствовать выработке таких психологических качеств, как внимательность, инициативность, целеустремленность. Особый интерес представляет использование игрового метода и упражнений из арсенала спортивных игр в системе физического воспитания детей старших и подготовительных групп в дошкольных образовательных учреждениях. Физкультурные занятия, построенные на использовании элементов спортивных игр и упражнений, в значительной степени способствуют повышению уровня физической подготовленности, физическому и психическому развитию, вызывают повышенный интерес к занятиям двигательной деятельностью у дошкольников.

Из вышеизложенного, назрела острая необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной активности ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Решение этой проблемы я вижу в играх и упражнениях с мячом. С этой целью была разработана дополнительная общеобразовательная программа «Игры с мячом»

Новизна и актуальность: программа гуманистически ориентирована, так как предлагаемая система разработана с учетом особенностей психомоторного развития дошкольников, реального уровня их физической подготовленности. Игры и эстафеты, подвижные игры с мячом дают возможность каждому ребенку познакомиться с элементами спорта, почувствовать важность участия в совместных действиях, помощи друг другу для достижения результата и успеха, т.е. приобщают детей к универсальным ценностям человеческой жизни, доброте, коллективизму, взаимопомощи.

Педагогическая целесообразность работа по улучшению физического развития, физической подготовленности детей, развитию ловкости, координации, глазомера, согласованности движений, воспитанию морально-волевых качеств. **Теоретическая:** знакомство детей с историей возникновения мяча, игры в баскетбол, игры в волейбол, футбол, правила командной игры. **Практическая:** обучение детей техническим навыкам владения мячом.

Цель программы:

Гармоничное развитие личности ребенка в процессе ознакомления с элементами спортивных игр с мячом.

Задачи обучения:

- Заинтересовать детей упражнениями и игрой с мячом.
- Формировать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину, ворота, умение применять их в игровой ситуации.
- Научить детей передавать, ловить и бросать мяч, сочетать эти действия между собой, а также с другими действиями с мячом и без мяча.
- Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.
- Развивать глазомер, координацию, ритмичность, согласованность движений.
- Развивать физические качества ребёнка: быстроту, ловкость, выносливость, силу.

Задачи первого года обучения:

Формировать двигательные навыки у детей, умения работать в команде.

- 1) Развивать точность и координацию движений, пространственную ориентировку, зрительную и слуховую ориентацию.
- 2) Развивать физические качества ребёнка.
- 3) Воспитывать положительные нравственно-волевые черты детей, умение принимать быстрые, разумные решения, соблюдать правила игры и поведение.

К концу года дети должны уметь:

- действовать по сигналу инструктора по физической культуре, быстро реагировать на сигнал;
- играть с мячом, не мешая другим;
- согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);
- бросать и ловить мяч:
 - двумя руками снизу вверх;
 - двумя руками снизу-вверх с хлопком впереди;
 - передача в парах двумя руками снизу;
 - передача в парах двумя руками из-за головы;
 - передача в парах двумя руками от груди;
 - передача мяча друг другу;
 - выбрасывание мяча ногой вперед.
- метать мяч:
 - с расстояния в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками снизу;
 - в вертикальную цель;
 - в баскетбольный щит с места;
 - метать набивной мяч;
 - с расстояния в цель (ворота)

Задачи второго года обучения:

- 1) Формировать умение действовать с мячом
- 2) Развивать основные двигательные качества: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости; учить командным взаимодействиям.
- 3) Развивать точность, координацию, глазомера.

4) Воспитывать умение играть с мячом, не мешая другим детям, уступать друг другу мяч; приучать слушать сигнал.

К концу года дети должны уметь:

- бросать мяч в кольцо: двумя руками из-за головы; двумя руками от груди;
- бросать мяч в ворота: с ударом по неподвижному мячу; с ударом по движущемуся мячу.
- соблюдать правила в командной игре.

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.

Возраст детей: старший дошкольный возраст.

Сроки реализации программы: 2 года

Формы работы с детьми и режим занятий: занятия в спортивном зале.

Длительность занятий: Первый год обучения дети 5-6 лет: 25 минут. Второй год обучения дети 6-7 лет: 30 минут (64 учебных часа в год)

Предполагаемые результаты по реализации программы: укрепление здоровья детей, повышение уровня двигательной активности, формирование двигательных умений и навыков, укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях, умение чувствовать себя комфортно в большом коллективе, умение владеть мячом на достаточно высоком уровне.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН (первый год обучения)

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Техника безопасности на занятиях в спортивном зале	1	1		Опрос
2	История возникновения мяча	1	1		Опрос
3	Диагностика	3		3	Наблюдение
4	Броски мяча	10	1	9	Открытое занятие, контрольные упражнения
5	Подбрасывание мяча	2	1	1	Диагностика
6	Перебрасывание мяча	18	1	17	Контрольные упражнения
7	Отбивание мяча	13	1	12	Контрольные упражнения
8	Забрасывание мяча	4	1	3	Наблюдения
9	Перекатывание мяча	2		2	Наблюдения

10	Упражнения с фитболами	4	1	3	Наблюдения
11	Подвижные игры с мячом	6	1	5	Наблюдения
	ИТОГО	64	9	55	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН (Второй год обучения)

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Техника безопасности на занятиях в спортивном зале	1	0,5	0,5	Опрос
2	История возникновения мяча	1	0,5	0,5	Опрос
3	Диагностика	4		4	Наблюдение
4	Знакомство с играми с мячом	4	2	2	
5	Броски мяча	8		8	Открытое занятие
6	Перебрасывание мяча	8		8	Контрольные упражнения
7	Отбивание мяча	10	2	8	Контрольные упражнения
8	Забрасывание мяча	8		8	Наблюдения
9	Передача мяча	10	1	9	Контрольные упражнения
10	Упражнения с фитболами	2		2	Наблюдения
11	Ведение мяча	2		2	Наблюдения
12	Ловля мяча	3		3	Контрольные упражнения
13	Перебрасывание мяча через сетку	2	1	1	Наблюдения
14	Подвижные игры с мячом	1		1	Наблюдения, открытое занятие
	ИТОГО	64	7	56	

Содержание программы (1 год обучения)

1. Техника безопасности на занятиях в спортивном зале (теория, 1 час). На первом занятии с детьми проводится беседа на тему «Техника безопасности на занятиях в спортивном зале». При выполнении упражнений и проведения подвижных игр в течение года эти знания закрепляются. Во время занятий при необходимости педагог объясняет воспитанникам правила выполнения тех или иных упражнений и заданий, правила подвижных игр.

2. История возникновения мяча (теория, 1 час). Углубить представление детей о спортивных играх с мячом. Познакомить с историей возникновения мяча. Развивать ориентировку в пространстве. Знакомство с историей возникновения мяча. Беседа «Спортивные игры с мячом». Д/и «Что это за мяч?» П/и «Пятнашки с мячом»

3. Диагностика (практика, 3 часа). Выявить уровень физической подготовленности детей. Отбивание мяча – не менее 3 раз, не теряя мяча (дети стоят на месте, наклоняя тело несколько вперед, рука ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху и от себя, равномерно, согласованно с передвижением). Броски мяча в корзину 2-мя руками из-за головы (с расстояния 2м., высота 1 м.) Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте. Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении. Броски мяча на меткость в цель. Перебрасывание мяча через сетку. Перебрасывание мяча друг другу. Отбивание мяча на месте. Подбрасывание мяча с хлопками в движении. Броски мяча в цель на меткость. Выявить уровень физической подготовленности детей. Выявить уровень физической подготовленности детей. Ведение мяча ногой в движении – 3м. не теряя мяча (согласованно с передвижением). Броски мяча в корзину 2-мя руками из – за головы (с расстояния 2м., высота – 1м.). Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте. Броски мяча об пол и ловля двумя руками в движении. Броски на меткость мяча в ворота (2из 5). Перебрасывание мяча друг другу. Отбивание мяча на месте. Подбрасывание мяча с хлопками. Броски мяча ногой в ворота на меткость

4. Броски мяча (теория 1 час, практика 9 часов). Учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 3-5 раз подряд. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. при прокатывании мяча. Воспитывать самостоятельность. 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». Отрабатывать броски мяча вверх в движении. Развивать глазомер, координации движений. Отрабатывать бросок мяча ногой в цель. Учить бросать мяч об пол и ловить его двумя руками не менее 3 раз подряд. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. Воспитывать настойчивость. Учить передавать друг другу мяч ногами. 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» Упражнять в быстрой смене движений. Закреплять умение работать в парах. Развивать внимание. 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». учить определять направление и скорость мяча. Развивать быстроту, выносливость. Бросок мяча об стену и ловля его (с хлопком). Броски мяча вверх, ловля мяча сидя. П/и «Не урони мяч»

5. Подбрасывание мяча (теория 1 час, практика 1 час). Продолжить учить бросать мяч вверх с хлопками. Упражнять в перебрасывании мяча. Воспитывать ловкость. Подбрасывание мяча вверх с хлопками. Перебрасывание мяча друг другу из разных и.п. П/и «Ловишка с мячом».

6. Перебрасывание мяча (теория 1 час, практика 17 часов). Учить бросать и мягко ловить мяч в парах разными способами. Развивать ловкость, внимание, глазомер. Перебрасывание, прокатывание мяча сидя и стоя друг к другу. Перебрасывание мяча друг другу с помощью ног. П/и «Мяч в воздухе». Учить перебрасывать мяч через сетку друг другу. Совершенствовать метание набивного мяча. Воспитывать выдержку. Перебрасывание мяча. Метание набивного мяча из-за головы. П/и «Гонка мячей по шеренгам». Продолжать учить перебрасывать мяч друг другу. Развивать быстроту, ловкость, умение быть организованным. Перебрасывание

мяча друг другу. Прокатывание в ворота набивного мяча головой. П/и «Мяч – капитану». Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами. Развивать силу броска, точность движений, глазомер. Перебрасывание мяча в парах. Перебрасывание мяча одной рукой, ловля 2 руками. П/и «Мельница». Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. Развивать чувство ритма, точности. Перебрасывание мяча в парах с отскоком от земли. Перебрасывание мяча друг другу одной рукой, ловля двумя руками. П/и «Ловишка с мячом». Учить правильно, ловить и бросать мяч, регулировать силу броска. Учить передавать мяч ногами друг другу. Развивать координацию движений, глазомер, внимание. Перебрасывание мяча через сетку одной рукой, ловля двумя руками (в парах). Перебрасывание мяча с одной руки в другую. Передача мяча друг другу ногами. П/и «Охотники и куропатки». Продолжать учить правильно, ловить мяч, удерживать кистями рук. Упражнять в непроизвольном действии с мячами. Развивать координацию. 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».

7. Отбивание мяча (теория 1 час, практика 12 часов). Учить отбивать мяч одной рукой на месте. Учить останавливать мяч ногой. Упражнять в быстрой смене движений. Развивать ловкость. Отбивание мяча правой и левой рукой на месте. Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза. Остановка мяча ногой. П/и «Отбей мяч». Учить отбивать мяч в движении. Развивать глазомер, ловкость при броске мяча в корзину. Отбивание мяча правой и левой рукой. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо. Забрасывание мяча в ворота. П/и «Лови – не лови». Учить правильно, ловить мяч, удерживать кистями рук. отрабатывать навык ведения мяча в ходе до обозначенного места. Учить останавливать мяч ногой. Развивать ловкость, мышление. Отбивание мяча правой, левой рукой в движении. Перебрасывание мяча друг другу в парах. Броски мяча вверх. Остановка мяча ногой. П/и «Мельница». Учить правильно, ловить мяч, удерживать кистями рук. Отрабатывать навык ведения мяча в ходе до обозначенного места. Воспитывать уверенность. Отбивание мяча правой, левой рукой в движении. Перебрасывание мяча друг другу в парах. Броски мяча вверх. Остановка мяча ногой. П/и «Догони мяч».

8. Забрасывание мяча (теория 1 час, практика 3 часа). Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. Закрепить умение подбрасывать и мягко ловить мяч с хлопком. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо. Подбрасывание мяча с хлопками в движении. Прыжки на мячах. Забрасывание мяча в ворота. П/и «Ловкий стрелок». Учить забрасывать мяч в кольцо с трех шагов. Продолжать учить принимать правильное и.п. при метании в вертикальную цель. Учить забрасывать мяч в ворота. Совершенствовать прыжки на мячах-хоппах. 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. Прыжки на мячах – хоппах. П/и «Гонка мячей по шеренгам».

9. Перекатывание мяча (практика 2 часа). Упражнять в перекачивании набивного мяча друг другу. Развивать координацию движений, внимание. Забрасывание мяча в корзину. Перекачивание набивного мяча друг другу. Ударить перед собой мяч, повернуться кругом, поймать мяч. П/и «Кого назвали, тот и ловит».

10. Упражнения с фитболами (теория 1 час, практика 3 часа). Познакомить с мячами – фитболами. Учить правильно сидеть на фитболах. Развивать выносли-

вость, координацию движений. Прокатывание фитбола по скамейке; между ориентирами. Упражнения с фитболами (сидя, лежа). П/и «Пятнашки на улиточках». Учить отбивать фитбол двумя руками. Совершенствовать навыки ведения мяча. Продолжать учить регулировать силу отталкивания н/мяча. Отбивание фитбола двумя руками в ходьбе. Перебрасывание фитбола друг другу в парах. Из положения, лежа на (фитболе) на животе переход, прокатываясь вперед (руки упор на полу). П/и «Салки с мячом».

11. Подвижные игры с мячом (теория 1 час, практика 5 часов). Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. Закреплять умение занимать правильное и.п. при метании на дальность. Забрасывание мяча в цель. Метание мяча на дальность. Перебрасывание мяча друг другу. П/и «Квадрат». Закрепить умение закрепить умение отбивать мяч о пол. Закрепить умение удерживать мяч над головой. «Передай мяч» (отбивание мяча о пол), «Чей мяч быстрее (передача над головой)» «Перенеси мяч» (бег с мячом). Уточнить правила подвижных игр с мячом, умение их выполнять. П/игры: «Догони мяч», «Попади мячом в цель», «Вышибалы» и т.д. Игры-соревнования с родителями. Развлечение «Веселый мяч»

Содержание программы (2 год обучения)

1. **Техника безопасности на занятиях в спортивном зале** (теория 0,5 часа, практика 0,5 часа). На первом занятии с детьми проводится беседа на тему «Техника безопасности на занятиях в спортивном зале». При выполнении упражнений и проведения подвижных игр в течение года эти знания закрепляются. Во время занятий при необходимости педагог объясняет воспитанникам правила выполнения тех или иных упражнений и заданий, правила подвижных игр.

2. **История возникновения мяча** (теория 0,5 часа, практика 0,5 часа). Углубить представление детей о спортивных играх с мячом. Познакомить с историей возникновения мяча. Развивать ориентировку в пространстве. Знакомство с историей возникновения мяча. Беседа «Спортивные игры с мячом». Д/и «Что это за мяч?». П/и «Горячая картошка»

3. **Диагностика** (практика 4 часа). Выявить уровень физической подготовленности детей. Броски мяча в корзину 2-мя руками из-за головы (с расстояния 2м., высота 1 м.) Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте. Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении, не теряя мяча. Броски мяча ногой в цель на меткость (2 из 5). Броски на меткость мяча в ворота (2 из 5). Перебрасывание мяча друг другу. Отбивание мяча на месте. Подбрасывание мяча с хлопками. Броски мяча в ворота на меткость.

4. **Знакомство с играми с мячом** (теория 2 часа, практика 2 часа). Волейбол. Познакомить детей со спортивной игрой волейбол, правилами игры. Закреплять умение мягко ловить мяч кистями рук. Воспитывать целеустремленность. Беседа о спортивной игре «Волейбол». Броски мяча вверх и ловля его на месте. П/и «Ловишка с мячом». Баскетбол. Познакомить детей со спортивной игрой баскетбол, правилами игры. Упражнять в забрасывании мяча в корзину, мягкой ловле кистями рук. Развивать глазомер, ловкость. Беседа о спортивной игре «Баскетбол». Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо. Броски мяча вверх с хлопком. П/и «Охотники и куропатки». Футбол. Познакомить детей со спортивной игрой фут-

бол, правилами игры. Закреплять умение мягко ловить мяч ногой. Воспитывать целеустремленность. Беседа о спортивной игре «Футбол». Забрасывание мяча в ворота. Броски мяча друг другу. П/и «Охотники и куропатки».

5. **Броски мяча** (практика 8 часов). Учить бросать мяч об пол и ловить его в движении. Закрепить навык перебрасывания мяча. Закреплять навык передачи друг другу мяча с помощью ног. Развивать глазомер, координацию движений. Броски мяча вверх и ловля его. Перебрасывание мяча. Передача мяча друг другу парами, в тройках. П/и «Лови – не лови». Учить бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно. Развивать ловкость при ловле мяча. Останавливать мяч в движении. Воспитывать настойчивость в достижении результатов. Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно. Присесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги, поймать мяч. Остановка движущегося мяча с помощью ног. П/и «Мяч в воздухе». Учить отбивать мяч ладонями. Упражнять в перебрасывании мяча ногой друг другу в движении. Развивать глазомер, ловкость, чувство ритма. Броски мяча о стену. Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля двумя руками одновременно. П/и «Ловишка с мячом» Закреплять умение правильно ловить мяч, удерживать кистями рук. Упражнять в точной передаче мяча друг другу. Развивать глазомер, ловкость. Броски мяча с хлопком и ловля его в движении. Перебрасывание 2 мячей одновременно в парах. П/и «Салки с мячом».

6. **Перебрасывание мяча** (практика 8 часов). Учить перебрасывать и ловить два мяча одновременно. Совершенствовать прыжки. Развивать ловкость. Перебрасывание двух мячей в парах одновременно. Прыжки на мячах – хоппах. Передача мяча ногой. П/и «Охотники и зверь». Упражнять в перебрасывании мячей в парах. Развивать координацию движений. Перебрасывание мяча стоя и сидя друг к другу. Отбивание фитбола двумя руками. П/и «Пятнашки на улиточках»

7. **Отбивание мяча** (теория 2 часа, практика 8 часов). Закреплять умение бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно. Закреплять умение отбивать движущийся мяч ногой. Развивать внимание, координацию движений. Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно. Перебрасывание мяча друг другу. Остановка и отбивание мяча с помощью ног. П/и «Кого назвали, тот и ловит». Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. Упражнять в метании набивного мяча на дальность. Развивать чувство ритма. Отбивание мяча поочередно правой, левой рукой. Перебрасывание двух мячей в парах одновременно. Метание набивного мяча на дальность. П/и «Гонка мячей по шеренгам». Закреплять умение отбивать мяч ладонями в нужном направлении. Упражнять в точной передаче мяча друг другу. Закреплять умение останавливать мяч ногой в движении. Совершенствовать технику движений. Отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении. Перебрасывание мяча друг другу в парах. Остановка и передача мяча в движении. П/и «Не урони мяч».

8. **Забрасывание мяча** (практика 8 часов). Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. Упражнять в быстрой смене движений. Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру. Закреплять умение забрасывать мяч в ворота в движении. Развивать ориентировку в пространстве. Забрасывание мяча в корзину с двух шагов. Прокатывание набивного мяча из разных и.п. Перебрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками. Броски мяча в ворота в движении. П/и «Горячая картошка». Добиваться активно-

го движения кисти руки при броске мяча в корзину. Упражнять в быстрой смене движений. Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру. Закреплять умение забрасывать мяч в ворота в движении. Развивать ориентировку в пространстве. Забрасывание мяча в корзину с двух шагов. Прокачивание набивного мяча из разных и.п. Перебрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками. Броски мяча в ворота в движении. П/и «Горячая картошка». Закреплять навык забрасывания мяча в корзину. Упражнять в быстрой и точной передаче мяча в парах. Упражнять в умении броска в ворота. Развивать глазомер, ловкость. 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». Продолжать учить занимать правильное и.п. при забрасывании мяча в корзину. Закреплять умение броска мяча ногой в ворота на меткость. Отрабатывать навык отбивания мяча на месте. Развивать выносливость. Забрасывание мяча в корзину с двух шагов. Бросок мяча в ворота на меткость. Отбивание мяча на месте. П/и «Футбол».

9. Передача мяча (теория 1 час, практика 9 часов). Учить определять направление и скорость мяча, удерживать кистями рук. Передача мяча в парах. Развивать координацию движений. Перебрасывание мяча друг другу. Перебрасывание набивного мяча в парах. П/и «Мельница».

10. Упражнения с фитболами (практика 2 часа). Учить балансированию на фитболе, сохраняя равновесие. Продолжать учить перебрасывать мяч через сетку. Совершенствовать навыки ведения мяча. Балансировка на фитболе (сидя, стоя на коленях, руки в стороны; лежа на животе, руки в стороны). Перебрасывание мяча через сетку. Ведение мяча в движении. П/и «Меткий стрелок». Закреплять навык устойчивого равновесия при балансировке на фитболе. Развивать внимание. Лежа на животе на фитболе, поворот на спину. Балансировка на фитболе лежа на животе. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы. П/и «Охотники и куропатки».

11. Ведение мяча (практика 2 часа). Учить вести мяч с поворотом. Закрепить умение делать хороший замах, энергичный бросок. Закрепить умение вести мяч ногой, с помощью ориентиров. Развивать выносливость. Ведение мяча с поворотом. Бросание мяча до указанного ориентира. Прыжки на мячах – хоппах. Ведение мяча ногой с помощью ориентиров. П/и «Мяч капитану». Учить управлять мячом, мягко отталкивая кистью. Закреплять умение работать в парах. Ведение мяча, продвигаясь бегом. Перебрасывание мяча в парах. Подбрасывание и ловля мяча. П/и «Мяч - ловцу».

12. Ловля мяча (практика 3 часа). Учить соразмерять силу броска с расстоянием. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук. Развивать глазомер. Бросание и ловля набивного мяча. Забрасывание мяча в корзину с двух шагов. Перебрасывание мяча в парах разными способами. П/и «Пятнашки». Развивать быстроту, сообразительность. Забрасывание мяча в корзину с разного расстояния. Ловля мяча. Метание набивного мяча на дальность. П/и «Мяч в воздухе».

13. Перебрасывание мяча через сетку (теория 1 час, практика 1 час). Учить ловко, принимать и точно передавать мяч друг другу. Развивать ориентировку в пространстве. Перебрасывание мяча друг другу. Отбивание мяча. Передача мяча ногой в движении. П/и «Мельница». Развивать точность движений при переброс-

ке мяча через сетку. Совершенствовать прыжки на мячах – хоппах. Перебрасывание мяча через сетку, отбивание толчком двух ладоней. Передача мяча ногой в движении. Прыжки на мячах – хоппах. П/и «Гонка мячей по шеренгам».

14. **Подвижные игры с мячом** (практика 1 час). Игры-соревнования с родителями. Развлечение «Мой веселый звонкий мяч»

Методическое обеспечение программы.

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.

Педагог не добивается от воспитанников целиком правильных движений. Он старается всесторонне подготовить их к усвоению необходимых для игры приемов, формируя навыки самых разнообразных действий с мячом. Продолжается усвоение приемов передачи, ловли, ведения и броска мяча друг другу. Задания постепенно усложняются. Формируются умения применять названные действия в игровых условиях, сочетать их между собой и с другими действиями с мячом и без него, в зависимости от игровой ситуации. Целесообразно варьировать условия выполнения этих действий. При этом усложняется взаимодействие игроков между собой. Когда дети хорошо овладевают способами ловли и передачи мяча, эти действия начинают применять в сочетании с бросанием мяча в корзину. Вырабатываются непринужденность и ритмичность действий. Совершенствуются навыки отталкивания мяча мягким движением кисти.

Детей учат броску мяча в корзину после предварительной остановки. Для выполнения броска рекомендуется выставлять одну ногу на полшага вперед (мяч в это время находится на ладони согнутой в локте руки и придерживается другой рукой), а затем, разгибая ноги и одновременно выпрямляя руку с мячом вверх - вперед, мягким толчком кисти направлять мяч в корзину.

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. Горизон-

тальной 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 20-25 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 движе-

ний они происходят, использовать подводящие упражнения различными частями тела, таким образом, чтобы достичь согласования отдельных движений.

Список средств обучения.

мячи разного веса и диаметра (детские резиновые, волейбольные, мини-баскетбольные, футбольные);

баскетбольные корзины;

волейбольная сетка;

футбольные ворота;

набивные мячи;

мячи-хоппы;

мячи фитболы;

конусы-ориентиры.

Список использованной литературы:

1. «Играйте на здоровье!» Л.Н.Волошиной М.: Москва «Аркти»
2. «Школа мяча» Николаева Н.И. СПб. «Детство - Пресс» 2008 г.
- 3.«Спортивные игры и упражнения в детском саду» Адашкявичене Э.Й.;
- 4.«Физическое развитие дошкольников» Микляева Н.В., Морозова Л.Д. Прищепа Д.Д. Творческий Центр «Сфера».2015г.
- 5.Сборник игр к «Программе воспитания в детском саду» составитель Батурина.
- 6.«Спортивные игры для детей» составитель Громова О.Е. Творческий Центр «Сфера».2009г.
7. «Методика обучения и овладения элементами игры в футбол с детьми дошкольного возраста» И.А. Аксенова
- 8.«Коммуникативные игры для дошкольников» Картушина М.Ю. Москва, «Скрипторий 2003» 2013 г.
9. «150 эстафет для детей дошкольного возраста» Е.Ф.Желобкович Москва, «Скрипторий 2003» 2010г.
- 10.«Подвижные игры на прогулке» Е.А.Бабенкова, Т.М.Параничева Издательство «ТЦ СФЕРА» 2015г.
- 11.«Малоподвижные игры и игровые упражнения» М.М.Борисова Издательство «МОЗАИКА – СИНТЕЗ» Москва, 2014г.
- 12.«Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения» под.ред. С.О.Филипповой. Санкт – Петербург «ДЕТСТВО – ПРЕСС» 2007г.
- 13.«Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников» Е.Р.Железнова Санкт – Петербург «ДЕТСТВО – ПРЕСС» 2013г.
14. «Формирование двигательной активности детей 5-7 лет. «игры-эстафеты» Е.К. Воронова – Волгоград: Учитель, 2012 г.
- 15.«Лучшие подвижные и логические игры для малышей от 3до 6 лет» Ред.- сост. Е.А.Бойко. ООО Группа Компаний «РИПОЛ классик», 2008г.

Календарный учебный график 1 год обучения

№	Месяц	Неделя	Время проведения	Форма занятий	Кол-во	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1	октябрь	1	15.55-16.20	групповая	1	ОБЖ	Спортивный зал	текущий
2	октябрь	1	15.55-16.20	групповая	1	Диагностика	Спортивный зал	вводный
3	октябрь	2	15.55-16.20	групповая	1	Диагностика	Спортивный зал	вводный
4	октябрь	2	15.55-16.20	групповая	1	История возникновения мяча	Спортивный зал	текущий
5	октябрь	3	15.55-16.20	групповая	2	Броски мяча	Спортивный зал	текущий
6	октябрь	4	15.55-16.20	групповая	2	Подбрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
7	ноябрь	1	15.55-16.20	групповая	2	Броски мяча	Спортивный зал	текущий
8	ноябрь	2	15.55-16.20	групповая	2	Броски мяча	Спортивный зал	текущий
9	ноябрь	3	15.55-16.20	групповая	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
10	ноябрь	4	15.55-16.20	групповая	2	Перекатывание мяча	Спортивный зал	текущий
11	декабрь	1	15.55-16.20	групповая	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
12	декабрь	2	15.55-16.20	групповая	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
13	декабрь	3	15.55-16.20	групповая	2	Броски мяча	Спортивный зал	текущий
14	декабрь	4	15.55-16.20	групповая	2	Отбивание мяча	Спортивный зал	текущий
15	декабрь	5	15.55-16.20	групповая	1	Отбивание мяча	Спортивный зал	текущий
16	январь	2	15.55-16.20	групповая	1	Отбивание мяча	Спортивный зал	текущий
17	январь	3	15.55-16.20	групповая	2	Отбивание мяча	Спортивный зал	текущий
18	январь	4	15.55-16.20	групповая	2	Забрасывание мяча	Спортивный зал	промежуточная
19	январь	5	15.55-16.20	групповая	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
20	февраль	1	15.55-16.20	групповая	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
21	февраль	2	15.55-16.20	групповая	2	Забрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
22	февраль	3	15.55-16.20	групповая	2	Броски мяча	Спортивный зал	текущий
23	февраль	4	15.55-16.20	групповая	2	Перебрасывание мяча через сетку	Спортивный зал	текущий
24	март	1	15.55-16.20	групповая	2	Отбивание мяча	Спортивный зал	текущий
25	март	2	15.55-16.20	групповая	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
26	март	3	15.55-16.20	групповая	2	Знакомство с футболами	Спортивный зал	текущий
27	март	4	15.55-16.20	групповая	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
28	апрель	1	15.55-16.20	групповая	2	Упражнения с мячом футболами	Спортивный зал	текущий
29	апрель	2	15.55-16.20	групповая	2	Отбивание и ведение мяча	Спортивный зал	текущий
30	апрель	3	15.55-16.20	групповая	2	Отбивание и ведение мяча	Спортивный зал	текущий
31	апрель	4	15.55-16.20	групповая	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
32	май	1	15.55-16.20	групповая	2	Игра Квадрат	Спортивный зал	текущий

34	май	2	15.55-16.20	групповая	2	Игры-соревнования с мячом	Спортивный зал	текущий
35	май	3	15.55-16.20	групповая	1	Итоговая диагностика.	Спортивный зал	текущий
36	май	3	15.55-16.20	групповая	1	Отбивание и ведение мяча	Спортивный зал	итоговый
37	май	4	15.55-16.20	групповая	1	Подвижные игры с мячом	Спортивный зал	итоговый
38	май	4	15.55-16.20	групповая	1	Итоговое развлечение «Веселый мяч»	Спортивный зал	Открытое занятие

Календарный учебный график 2 год обучения

№	Месяц	Число	Время проведения	Форма занятий	Кол-во	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1	октябрь	1	15.15-15.45	групповая	1	ОБЖ	Спортивный зал	текущий
2	октябрь	1	15.15-15.45	групповая	1	История возникновения мяча	Спортивный зал	вводный
3	октябрь	2	15.15-15.45	групповая	2	Диагностика	Спортивный зал	вводный
4	октябрь	3	15.15-15.45	групповая	1	Беседа о спортивной игре «Волейбол».	Спортивный зал	текущий
5	октябрь	3	15.15-15.45	групповая	1	Беседа о спортивной игре «Баскетбол»	Спортивный зал	текущий
6	октябрь	4	15.15-15.45	групповая	2	Беседа о спортивной игре «Футбол»	Спортивный зал	текущий
7	ноябрь	1	15.15-15.45	групповая	2	Броски мяча	Спортивный зал	текущий
8	ноябрь	2	15.15-15.45	групповая	2	Отбивание мяча	Спортивный зал	текущий
9	ноябрь	3	15.15-15.45	групповая	2	Отбивание мяча	Спортивный зал	текущий
10	ноябрь	4	15.15-15.45	групповая	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
11	декабрь	1	15.15-15.45	групповая	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
12	декабрь	2	15.15-15.45	групповая	2	Отбивание мяча	Спортивный зал	текущий
13	декабрь	3	15.15-15.45	групповая	2	Упражнения с фитболами	Спортивный зал	текущий
14	декабрь	4	15.15-15.45	групповая	2	Забрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
15	январь	2	15.15-15.45	групповая	2	Забрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
16	январь	3	15.15-15.45	групповая	2	Бросание и ловля мяча	Спортивный зал	текущий
17	январь	4	15.15-15.45	групповая	2	Ведение мяча	Спортивный зал	текущий
18	январь	5	15.15-15.45	групповая	2	Ведение мяча	Спортивный зал	промежуточная
19	февраль	1	15.15-15.45	групповая	2	Перебрасывание мяча через сетку	Спортивный зал	текущий
20	февраль	2	15.15-15.45	групповая	2	Броски мяча	Спортивный зал	текущий
21	февраль	3	15.15-15.45	групповая	2	Забрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
22	февраль	4	15.15-15.45	групповая	2	Передача мяча	Спортивный зал	текущий
23	март	1	15.15-15.45	групповая	2	Упражнения с фитболами	Спортивный зал	текущий
24	март	2	15.15-15.45	групповая	2	Отбивание мяча	Спортивный зал	текущий

25	март	3	15.15-15.45	групповая	2	Ведение мяча	Спортивный зал	текущий
26	март	4	15.15-15.45	групповая	2	Ведение мяча	Спортивный зал	текущий
27	апрель	1	15.15-15.45	групповая	2	Забрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
28	апрель	2	15.15-15.45	групповая	2	Броски мяча	Спортивный зал	текущий
29	апрель	3	15.15-15.45	групповая	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
30	апрель	4	15.15-15.45	групповая	2	Перебрасывание мяча	Спортивный зал	текущий
31	май	1	15.15-15.45	групповая	2	Ведение мяча	Спортивный зал	текущий
32	май	2	15.15-15.45	групповая	2	Итоговая диагностика	Спортивный зал	текущий
33	май	3	15.15-15.45	групповая	2	Ловля мяча	Спортивный зал	текущий
34	май	4	15.15-15.45	групповая	1	Ловля мяча	Спортивный зал	текущий
35	май	4	15.15-15.45	групповая	1	Итоговое развлечение «Мой веселый, звонкий мяч»	Спортивный зал	Открытое занятие

Методика диагностики:

Виды движений:		<i>Низкий уровень(1-й год обучения)</i>	<i>Средний уровень (1-й год обучения)</i>	<i>Высокий уровень(1-й год обучения)</i>	<i>Низкий уровень(2-й год обучения)</i>	<i>Средний уровень (2-й год обучения)</i>	<i>Высокий уровень(2-й год обучения)</i>
Элементы игры в баскетбол	Броски мяча в корзину 2-мя руками из-за головы	Из 5 бросков 1-2 попадания	Из 5 бросков 3 попадания	Из 5 бросков 4 и более попаданий	Из 5 бросков 1-3 попадания	Из 5 бросков 4 попадания	Из 5 бросков 4 и более попаданий
Элементы игры в волейбол	Перебрасывания мяча через сетку	Не перебрасывает мяч	Задерживает мяч, перебрасывает через сетку.	Не задерживает мяч, перебрасывает через сетку	Задерживает мяч, Не перебрасывает мяч	Не задерживает мяч, перебрасывает через сетку	Ловит и перебрасывает мяч
	Перебрасывание мяча друг другу	Теряет мяч	Расстояние 2 метра Не совсем уверенно и точно выполняет действия в заданном темпе. 1-2 раза потерял мяч.	Уверенно выполняет, мяч не теряет	Теряет мяч	Расстояние 2 метра Технически правильно выполняет действия, проявляет усилия. 1-2 раза потерял мяч.	Уверенно выполняет, мяч не теряет
Элементы игры в футбол	Передача мяча друг другу		Расстояние 2 метра Не совсем уверенно и точно выполняет действия в задан-			Расстояние 2 метра Технически правильно выполняет действия, проявляет усилия.	

			ном темпе. 1-2 раза потерял мяч.			1-2 раза потерял мяч.	
	Удар по мячу на точность в цель (ворота) с расстояния 1,5-2,0м.	Менее 2 раз	2 раза из 10	Более 2 раз	Менее 3	3 раза из 10	Более 3 раз
«Школа мяча»	Отбивания мяча на месте	Менее 3 раз. Теряет мяч.	Не менее 3 раз одной рукой. 2 раза потерял мяч.	Более 3 раз одной рукой. 1 раз потерял мяч.	Не менее 1-4 раз одной рукой.	Не менее 5 раз одной рукой. 1-2 раза потерял мяч.	Более 5 раз одной рукой. 1 раз потерял мяч
	Подбрасывания мяча с хлопками в движении	Не ловит мяч. Не удерживает его кистями рук. Менее 3 раз подряд. Теряет мяч более 2 раз.	Ловит и бросает мяч, удерживает кистями рук. Не менее 3 раз подряд. 2 раза потерял мяч.	Хорошо ловит и бросает мяч, удерживает кистями рук. Более 3 раз подряд. 1 раз потерял мяч.	Не ловит мяч. Менее 4 раз менее 5 раз более 2 раза потерял мяч.	Ловит и бросает мяч, удерживает кистями рук Не менее 5 раз 1-2 раза потерял мяч.	Более 6 раз Более 5 раз. Не теряет мяч
	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками на месте	1-4 раза Теряет мяч	5 раз 2 раза потерял мяч	Более 5 раз. Мяч не теряет.	1-4 раза Теряет мяч	5 раз 1 раз потерял мяч	Более 5 раз. Мяч не теряет.
	Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении	Не умеет принимать	Умеет принимать	Умеет принимать	Не умеет принимать	Умеет ловко принимать	Умеет ловко принимать

Формы подведения итогов реализации программы: итоговые занятия, спортивные развлечения.

Диагностика по определению уровня усвоению программы по обучению игре с мячом (первый год обучения)

Виды движений	Элементы игры в баскетбол	Элементы игры в волейбол	Элементы игры в футбол	«Школа мяча»	«Школа мяча»	Итого
---------------	---------------------------	--------------------------	------------------------	--------------	--------------	-------

