

Березовское муниципальное автономное дошкольное общеобразовательное учреждение
«Детский сад №18»

Принято:
на педагогическом совете
БМАДОУ «Детский сад «18»
Протокол
от 28 августа 2025г.
№ 2

Утверждаю:
Заведующий БМАДОУ
«Детский сад № 18»
А.В. Устюжанина
приказ от 4 сентября 2025г.
№ 171



**Рабочая программа по реализации дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программы
физкультурно - спортивной направленности «Школа мяча»**

Возраст учащихся: 5– 7 лет
Срок реализации: 2 года
Форма обучения: очная
Место реализации: БМАДОУ «Детский сад № 18»
Срок реализации программы: 8 месяцев
Кол-во учебных недель: 72
Всего академических часов: 64
из них по формам обучения – групповые – 64
Кол-во в неделю: 2 раза
Продолжительность занятий: от 25 минут до 30 минут

Составитель:
Гурьянова Светлана Юрьевна,
инструктор по ФК, педагог 1 к/к

Структура программы

| № | Раздел | Стр. |
|-------------|------------------------------|-------------|
| 1 | Пояснительная записка | 3 |
| 1.1. | Аннотация | 3 |
| 1.2. | Планируемый результат | 4 |
| 2 | Содержание программы. | 6 |
| 3 | Приложение | 47 |

1. Пояснительная записка

1.1. Аннотация

Программа «Школа мяча» физкультурно-спортивной направленности рассчитана на детей дошкольного возраста от 5 до 7 лет.

Программа составлена для занятий с детьми дошкольного возраста при использовании новейших технологий. Уровень сложности «ознакомительный» (возможность попробовать себя в разных видах деятельности, определиться с выбором, знакомство с основными понятиями программы, развитие любознательность, попробовать себя в реализации).

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. Известно, что здоровье ребенка формируется под воздействием целого комплекса факторов: биологических, экологических и др. Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, большое значение имеет двигательная активность - естественная потребность в движении, которая оказывает благоприятное воздействие на формирование организма. При недостатке ее возникает целый ряд негативных для ребенка последствий. Поэтому Программа «Школа мяча» актуальна на сегодняшний день. С этой целью в нашем детском саду организована реализация Программы, которая предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями детей, с учетом их возраста детей.

Программа является одним из эффективных средств повышения двигательной активности детей. В системе физического воспитания дошкольников действия с мячом занимают важное место. Мяч - это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания.

Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку.

Упражнения с мячами разного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживают позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

В действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. При передвижении по площадке ребенок упражняется в беге с ускорением, с изменением направления, в беге в сочетании с ходьбой, с прыжками, в беге с остановкой, в беге с приставным шагом. Включается в работу левая рука, что важно для полноценного физического развития ребенка.

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 организациях.

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Время занятий для детей 5 – 6 лет – 25 мин и для детей 6 – 7 лет до - 30 минут

Предусматривается два модуля программы:

Модуль 1 «Медвежата» для детей 5 – 6 лет

Модуль 2 «Непоседы» для детей 6 – 7 лет

Учебные группы комплектуются в соответствии с учетом возраста, состояния здоровья и подготовленности занимающихся. Допускается формирование разновозрастной группы. В группе от 7 до 14 детей.

1.2. Планируемые результаты

Модуль 1. «Медвежата» для детей 5-6 лет

Обучающиеся умеют:

- действовать по сигналу педагога, быстро реагировать на сигнал;
- играть с мячом, не мешая другим;
- согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета);
- *бросать и ловить мяч:*
 - двумя руками снизу вверх;
 - двумя руками снизу-вверх с хлопком впереди, за спиной;
 - передавать мяч в парах двумя руками снизу;
 - передавать в парах двумя руками из-за головы;
 - передавать друг другу в разных направлениях стоя, сидя;
 - передавать в парах двумя руками от груди;
 - передавать мяч через веревку;
 - выбрасывать мяч ногой вперед.
- *метать мяч:*
 - с расстояния 2 - 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками снизу;
 - в вертикальную цель с 3-4 м;
 - в баскетбольный щит с места;
 - в баскетбольный щит с ведением;
 - метать набивной мяч;
 - *с расстояния 2-2,5 м. в цель (ворота) отбивать мяч:*
 - на месте правой, левой рукой;
 - на месте правой с передачей из правой руки в левую;
 - правой, левой рукой с продвижением вперед, змейкой;
 - ловить мяч ногой.

Обучающиеся знают:

- элементы техники игры в волейбол, баскетбол, пионербол, мини-футбол;

- знакомы с историей игр.

Личностные качества:

- у обучающихся сформирован интерес к физическим упражнениям с мячом;
- умеют играть в команде, соблюдают правила игр, могут распределить функции;
- способны к проявлению выдержки.

Модуль 2. «Непоседы» для детей 6-7 лет.

Обучающиеся умеют:

- *вести мяч:*
- с продвижением вперед, змейкой, по кругу;
- приставным шагом;
- с поворотом, бегом;
- правой и левой рукой, свободно продвигаясь по площадке;
- с изменением направления движения, с остановкой на сигнал;
- ногой в движении;
- с передачей напарнику;
- с дополнительными заданиями.
- *бросать мяч в кольцо:*
- двумя руками из-за головы;
- двумя руками от груди;
- забрасывать с трех шагов;
- после ведения (с фиксацией остановки);
- одной рукой от плеча;
- *бросать мяч в ворота:*
- с ударом по неподвижному мячу;
- с ударом по движущемуся мячу.
- *вести и передавать мяч* парами с продвижением вперед (ходьба, бег);
- перебрасывать мяч через сетку, отбивать толчком двух ладоней;
- перебрасывать 2 мяча одновременно в парах с помощью рук;
- передавать мяч в парах с помощью ног.

Обучающиеся знают:

- технику игры в волейбол, баскетбол, пионербол, мини-футбол;
- знакомы с историей игр.

Личностные качества:

- у обучающихся сформирован интерес к физическим упражнениям с мячом;
- обучающиеся подчиняют свою деятельность поставленной цели;
- умеют играть в команде, подчинять собственные желания интересам коллектива, могут оказать помощь сверстникам в сложных ситуациях;
- проявляют выдержку, соблюдают правила игр, могут самостоятельно организовать игру.

2. Содержание учебного плана

1. Модуль 1. «Медвежата» - для детей 5-6 лет.
2. Модуль 2. «Непоседы» для детей 6-7 лет.

Учебный план

| № | Модули | Трудоемкость (количество академических часов) | | | Формы аттестации |
|-------|--|---|--------|----------|--------------------------------|
| | | всего | теория | практика | |
| 1. | Модуль 1. «Медвежата» - для детей 5-6 лет. | 32 | 4 | 28 | Входная и итоговая диагностика |
| 2. | Модуль 2. «Непоседы» - для детей 6-7 лет | 32 | 4 | 28 | Входная и итоговая диагностика |
| Итого | | 64 | 8 | 56 | |

Тематический план.

Модуль 1. «Медвежата» - для детей 5-6 лет.

| № | Раздел/тема | Всего | Теория | Практика | Формы аттестации (контроля) |
|--------|---|-------|--------|----------|---|
| 1. | Техника передачи - ловли мяча | 10 | 1 | 9 | Педагогическое наблюдение, беседа, контрольное упражнение |
| 2. | Упражнения, подготавливающие к ведению мяча. Отбивание мяча | 4 | 1 | 3 | |
| 3. | Упражнения и игры, подготавливающие к броску мяча в корзину | 8 | 1 | 7 | |
| 4. | Упражнения и игры с прокатыванием мяча ногой | 4 | 1 | 3 | |
| 5. | Упражнения и игры с мячами - фитболами | 4 | - | 4 | |
| 6. | Самостоятельные игры с мячами | 2 | - | 2 | |
| Итого: | | 32 | 4 | 28 | |

Содержание тематического плана:

Тема 1. Техника передачи - ловли мяча. (10 ч)

Теория (1 час):

Содержание и форма занятий. Внешний вид. Форма для занятий. Дисциплина на занятиях. Взаимоотношение «обучающийся - педагог» и отношения между детьми, отношение к группе. Режим занятий. История спортивных игр.

Практика (9 ч):

Организация групп. Знакомство с детьми. Беседа с родителями. Диагностика. Обучение технике передачи - ловли мяча.

Тема 2. Упражнения, подготавливающие к ведению мяча (4 ч)

Теория (1 час):

Отбивание мяча.

Практика (3 ч):

Удар мяча об пол одной рукой и ловля его двумя руками. Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой. Ведение мяча правой (левой) рукой в разных направлениях. Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.

Тема 3. Упражнения и игры, подготавливающие к броску мяча в корзину (8 ч).

Теория (1 ч)

Подбрасывание мяча

Практика (7 ч):

Перебрасываем мяч через веревку, натянутую выше головы ребенка. Бросаем мяч в вертикальную цель: двумя руками снизу-вверх; двумя руками снизу-вверх с хлопком впереди; передача в парах двумя руками снизу, из-за головы, от груди.

Тема 4. Упражнения и игры с прокатыванием мяча ногой (4 ч).

Теория (1 ч)

Способы прокатывания мяча.

Практика (3 часа):

Прокатывание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Прокатывание мяча ногой друг другу. Забивание мяча в ворота. Прокатывание мяча ногой между кеглями змейкой, между предметами.

Тема 5. Упражнения и игры с мячами – фитболами (4 ч).

Практика (4 ч)

Ритмическая гимнастика.

Тема 6. Самостоятельные игры с мячами (2 ч)

Практика (2 ч)

Игры. Соревнования. Развлечения. Досуги.

Тематический план
Модуль 2. «Непоседы» для детей 6-7 лет.

| № | Раздел/тема | Всего | Теория | Практика | Формы аттестации (контроля) |
|----|---|-----------|----------|-----------|---|
| 1. | Техника передачи - ловли мяча | 7 | 1 | 6 | Педагогическое наблюдение, беседа, контрольное упражнение |
| 2. | Упражнения, закрепляющие умение вести и отбивать мяч. | 5 | - | 5 | |
| 3. | Упражнения и игры, закрепляющие бросок мяча в корзину, передачи мяча. | 9 | 1 | 8 | |
| 4. | Упражнения и игры с прокатыванием мяча ногой | 5 | 1 | 4 | |
| 5. | Упражнения и игры с мячами - фитболами | 2 | - | 2 | |
| 6. | Самостоятельные игры с мячами | 4 | - | 4 | |
| | Итого: | 32 | 3 | 29 | |

Содержание тематического плана:

Тема 1. Техника передачи - ловли мяча. (7 ч)

Теория (1 час):

Содержание и форма занятий. Внешний вид. Форма для занятий. Дисциплина на занятиях. Взаимоотношение «обучающийся - педагог» и отношения между детьми, отношение к группе. Режим занятий. История спортивных игр.

Практика (6 ч):

Организация групп. Знакомство с детьми. Беседа с родителями. Диагностика. Повторяем технику передачи - ловли мяча.

Тема 2. Упражнения, закрепляющие умение вести и отбивать мяч. (5 ч)

Практика (4 ч):

Отбивание мяча. Удар мяча об пол одной рукой и ловля его двумя руками. Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой. Ведение мяча правой (левой) рукой в разных направлениях. Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.

Тема 3. Упражнения и игры, закрепляющие бросок мяча в корзину, передачу мяча. (9 ч)

Теория (1 ч)

Подбрасывание мяча.

Практика (8 ч):

Перебрасывание мяча через веревку, натянутую выше головы ребенка. Закрепление бросков мяча в вертикальную цель: двумя руками снизу-вверх; двумя руками снизу-вверх с хлопком впереди; передача в парах двумя руками снизу, из-за головы, от груди.

Тема 4. Упражнения и игры с прокатыванием мяча ногой (5 ч).

Теория (1 ч)

Способы прокатывания мяча.

Практика (4 часа):

Прокатывание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Прокатывание мяча ногой друг другу. Забивание мяча в ворота. Прокатывание мяча ногой между кеглями змейкой, между предметами.

Тема 5. Упражнения и игры с мячами – фитболами (2 ч).

Практика (2 ч)

Ритмическая гимнастика.

Тема 6. Самостоятельные игры с мячами (4 ч)

Практика (4 ч)

Командные игры. Соревнования (мини - футбол, пионербол, баскетбол, волейбол).

Содержание модуля 1. «Медвежата» - для детей 5-6 лет.

| Месяц | Тема занятия | Задачи | Содержание |
|--------------------------------------|---------------|---|--|
| с е н т я б р ь | 1.Диагностика | 1. Выявить уровень физической подготовленности детей. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Отбивание мяча-не менее 10 раз не теряя его (дети стоят на месте, наклоняя тело несколько вперед, рука ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть 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 3м., высота 2 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 |
| | 2.Диагностика | 1. Выявить уровень физической подготовленности детей. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча через сетку. ❖ Перебрасывание мяча друг другу. ❖ Отбивание мяча на месте. ❖ Подбрасывание мяча с хлопками в движении. ❖ Броски мяча в цель на меткость. |

| | | | |
|---------------------------------|--|---|---|
| о к т я б н г | 3. История возникно вения мяча | 1. Углубить представление детей о спортивных играх с мячом. 2. Познакомит ь с историей возникновения мяча. 3. Развивать ориентировку в пространстве. | ❖ Знакомство с историей возникновения мяча. Р/н/и «Свечки», «Одноручье». ❖ Беседа «Спортивные игры с мячом». Д/и «Что это за мяч?» П/и «Пятнашки с мячом» |
| | 4. Броски мяча | 1. Учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 10 раз подряд. 2. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. | ❖ Броски мяча вверх и ловля его на месте не 10 раз подряд. ❖ Прокатывания мяча одной рукой и двумя руками из разных и.п. между предметами (ширина 90-40см., длина 3-4м.) ❖ Прокатывание мяча ногами по |

| | | | |
|--|--|------------|--|
| | | при | |
|--|--|------------|--|

| | | | |
|--|----------------------------------|---|---|
| | | <p>прокатывании мяча. 3. Воспитывать самостоятельность.</p> | <p>прямой</p> <p>П/и «Ловкий стрелок»</p> |
| | <p>Подбрасывание мяча</p> | <p>1. Продолжить учить бросать мяч вверх с хлопками.</p> <p>2. Упражнять в перебрасывании мяча. 3. Воспитывать ловкость</p> | <p>❖ Подбрасывание мяча вверх с хлопками</p> <p>❖ Перебрасывание мяча друг другу из разных и.п.</p> <p>П/и «Ловишка с мячом»</p> |
| | <p>Броски мяча</p> | <p>1. Отрабатывать броски мяча вверх в движении. 2. Развивать глазомер, координации движений. 3. Отрабатывать бросок мяча ногой в цель.</p> | <p>❖ Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 10 раз подряд)</p> <p>❖ Броски мяча об пол и ловля 2 раза на месте (не менее 10 раз подряд)</p> <p>П/и «Ловишка с мячом»</p> <p>❖ Броски мяча ногой в цель (3 раза из 10)</p> |

| | | | |
|----------------------------|------------------------------|--|---|
| Н о я б р ь | Броски мяча | <ol style="list-style-type: none"> 1. Учить бросать мяч об пол и ловить его двумя руками не менее 10 раз подряд. 2. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. 3. Воспитывать настойчивость. 4. Учить передавать друг другу мяч ногами. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении (не менее 10 раз) ❖ Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя, сидя ❖ Передача мяча друг другу в парах П/и «Мяч в воздухе» |
| | Перебрасывание мяча | <ol style="list-style-type: none"> 1. Учить бросать и мягко ловить мяч в парах разными способами. 2. Развивать ловкость, внимание, глазомер. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча сидя и стоя спиной друг к другу ❖ Перебрасывание мяча друг другу в разных построениях (парами, тройками) ❖ Перебрасывание мяча друг другу в разных построениях (парами, тройками) с помощью ног П/и «Мяч в воздухе» |
| | Перекатывание набивного мяча | <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять в перекатывании набивного мяча друг другу. 2. Развивать | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Забрасывание мяча в корзину ❖ Перекатывание набивного мяча друг другу ❖ Ударить перед собой мяч, повернуться кругом, поймать мяч П/и «Кого называли, тот и ловит» |

| | | | |
|--|----------------------------|---|---|
| | | координацию движений, внимание. | |
| | Перебрасывание мяча | <ol style="list-style-type: none"> 1. Учить перебрасывать мяч через сетку. 2. Совершенствовать метание набивного мяча. 3. Воспитывать выдержку. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча через сетку. ❖ Метание набивного мяча из-за головы <p>П/и «Гонка мячей по шеренгам»</p> |

| | | | |
|--|----------------------------|--|--|
| Д е к а б р ь | Перебрасывание мяча | <ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить перебрасывать мяч через сетку. 2. Развивать быстроту, ловкость, умение быть организованным. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча через сетку ❖ Прокатывание в ворота набивного мяча головой <p>П/и «Мяч – капитану»</p> |
|--|----------------------------|--|--|

| | | | |
|--|------------------------------|--|--|
| | <p>Броски мяча</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнять в быстрой смене движений. 2. Закреплять умение работать в парах. 3. Развивать внимание. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза ❖ Перебрасывание мяча через сетку в парах ❖ Передача мяча друг другу парами с помощью ног <p>П/и «Вышибалы»</p> |
| | <p>Отбивание мяча</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Учить отбивать мяч одной рукой на месте. 2. Учить останавливать мяч ногой. 3. Упражнять в быстрой смене движений. 4. Развивать ловкость. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Отбивание мяча правой и левой рукой на месте ❖ Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза ❖ Остановка мяча ногой <p>П/и «Пятнашки на улиточках»</p> |

| | | | |
|----------------------------|----------------------------|---|--|
| | Отбивание мяча | <p>1. Учить отбивать мяч в движении.</p> <p>2. Развивать глазомер, ловкость при броске мяча в корзину.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Отбивание мяча правой и левой рукой в движении (5 – 6 м.) ❖ Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо ❖ Забрасывание мяча в ворота П/и «Лови – не лови» |
| а н в а н г | Забрасывание мяча | <p>1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину.</p> <p>2. Закрепить умение подбрасывать и мягко ловить мяч с хлопком.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо ❖ Подбрасывание мяча с хлопками в движении ❖ Прыжки на мячах ❖ Забрасывание мяча в ворота П/и «Ловкий стрелок» |
| | Перебрасывание мяча | <p>1. Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами.</p> <p>2. Развивать силу</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча через сетку в парах ❖ Перебрасывание мяча одной рукой через сетку, ловля 2 руками П/и «Мельница» |

| | | | |
|---------------------------------|---------------------|---|---|
| | | броска, точность движений, глазомер. | |
| | Перебрасывание мяча | <p>1. Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях.</p> <p>2. Развивать чувство ритма, точности.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча в парах с отскоком от земли ❖ Перебрасывание мяча из одной руки в другую ❖ Перебрасывание мяча друг другу одной рукой, ловля двумя руками <p>П/и «Ловишка с мячом»</p> |
| Ф е в р а л ь | Забрасывание мяча | <p>1. Учить забрасывать мяч в кольцо с трех шагов.</p> <p>2. Продолжать учить принимать правильное и.п. при метании в вертикальную цель.</p> <p>3. Учить забрасывать мяч в ворота.</p> <p>4. Совершенствовать</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ 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 <p>П/и «Гонка мячей по шеренгам»</p> |

| | | | |
|----------------------------|---|--|--|
| | | прыжки на мячаххопах. | |
| Броски мяча | <ol style="list-style-type: none"> 1. Учить определять направление и скорость мяча. 2. Отрабатывать навык отбивания мяча змейкой. 3. Развивать быстроту, выносливость. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Бросок мяча об стену и ловля его 2 раза (с хлопком) ❖ Отбивание мяча одной рукой змейкой ❖ Броски мяча вверх, ловля мяча сидя П/и «Не урони мяч» | |
| Перебрасывание мяча | <ol style="list-style-type: none"> 1. Учить правильно, ловить и бросать мяч, регулировать силу броска. 2. Учить передавать мяч ногами друг другу. 3. Развивать координацию | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывании 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» | |

| | | | |
|----------------------------|----------------------------|---|---|
| | | движений, глазомер, внимание. | |
| | Отбивание мяча | <ol style="list-style-type: none"> 1. Учить правильно, ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. отрабатывать навык ведения мяча в ходе до обозначенного места. 3. Учить останавливать мяч ногой. 4. Развивать ловкость, мышление. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Отбивание мяча правой, левой рукой в движении ❖ Перебрасывание мяча друг другу в парах из разных и.п. ❖ Броски мяча вверх, дотронуться носков ног, поймать мяч ❖ Остановка мяча ногой П/и «Мельница» |
| м а р т | Перебрасывание мяча | <ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить правильно ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. Упражнять в произвольном | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу ❖ Сидя бросить мяч, вскочить на ноги и поймать мяч ❖ Прыжки на мячах – хопсах П/и «Лови – не лови» |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | | <p>действия с мячами. 3.</p> <p>Развивать координацию.</p> | |
| | <p>Знакомство с мячами - фитболами и</p> | <p>1. Познакомить с мячами - фитболами.</p> <p>2. Учить правильно сидеть на фитболах.</p> <p>3. Развивать выносливость, координацию движений.</p> | <p>❖ Прокатывание фитбола по г/скамейке; между ориентирами</p> <p>❖ Упражнение с фитболами сидя, лежа.</p> <p>П/и «Пятнашки на улочках»</p> |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <p>Перебрасывание мяча</p> | <p>1. Отрабатывать умение быстро и точно передавать мяч через сетку.</p> <p>2. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча.</p> <p>3. Отрабатывать умение передачи мяча друг другу. 4. Совершенствовать прыжки на мячах - хоппах.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча через сетку 2 раза из - за головы ❖ Передача мяча друг другу ногой ❖ Прыжки на мячах - хоппах <p>П/и «Мяч в воздухе»</p> |
| | <p>Упражнения с мячом - фитболом</p> | <p>1. Учить отбивать фитбол двумя руками. 2. Совершенствовать навыки ведения мяча. 3. Продолжать учить</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Отбивание фитбола 2 руками в ходьбе ❖ Отбивание мяча правой, левой рукой в движении ❖ Прокатывание в ворота набивного мяча друг другу <p>П/и «Салки с мячом»</p> |

| | | | |
|----------------------------|-------------------------------|---|---|
| | | регулировать силу отталкивания н/мяча. | |
| а п р е л ь | Упражнения с мячом - фитболом | <p>1. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук.</p> <p>2. Развивать равновесие, координацию движений при балансировке на фитболе.</p> | <p>❖ Перебрасывание фитбола друг другу в парах</p> <p>❖ Из положения лежа на (фитболе) на животе переход, прокатываясь вперед (руки упор на полу)</p> <p>П/и «Вышибалы»</p> |
| | Перебрасывание мяча | <p>1. Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру.</p> <p>2. Отрабатывать</p> | <p>❖ Перебрасывание мяча через сетку (в парах)</p> <p>❖ Броски мяча вверх с хлопками за спиной</p> <p>❖ Прыжки на мячах - хоппах</p> <p>❖ Передача мяча в парах, тройках с помощью ног</p> <p>П/и «Попади мячом в цель»</p> |

| | | | |
|--|----------------|--|---|
| | | <p>мягкую ловлю мяча двумя руками с хлопком.</p> <p>3. Упражнять в прыжках на мячах - хоппах.</p> | |
| | Отбивание мяча | <p>1. Развивать равновесие, координацию движений при балансировке на фитболе.</p> <p>2. Отрабатывать плавные движения при ведении мяча змейкой.</p> <p>3. Воспитывать уверенность.</p> | <p>❖ Балансировка на фитболе (сидя, стоя на коленях, руки в стороны; лежа на животе, руки в стороны)</p> <p>❖ Отбивание мяча змейкой П/и «Догони мяч»</p> |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | <p align="center">Школа мяча</p> | <p>1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину.</p> <p>2. Закреплять умение занимать правильное и.п. при метании на</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Забрасывание мяча в баскетбольную корзину (с 3 шагов) ❖ Метание набивного мяча на дальность ❖ Перебрасывание набивного мяча друг другу <p align="center">П/и «Вышибалы» дальность.</p> |
|--|---|---|--|

| | | | |
|--|---------------------------|---|---|
| | <p>Диагностика</p> | <p>1.Выявить уровень физической подготовленности детей</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Ведение мяча в движении не теряя мяча (дети передвигаются на слегка согнутых ногах, 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) ❖ Ведение мяча ногой в движении - 10м. не теряя мяча (согласованно с передвижением) ❖ Броски мяча в корзину 2-мя руками из - за головы (с расстояния 3м., высота - 2м.) ❖ Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте ❖ Броски мяча об пол и ловля двумя руками в движении ❖ Броски на меткость мяча в ворота (3 из 10) |
|--|---------------------------|---|---|

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <p style="text-align: center;">Диагностика</p> | <p>2. Выявить уровень физической подготовленности детей</p> | <ul style="list-style-type: none"> ▣ Перебрасывание мяча через сетку ▣ Перебрасывание мяча друг другу <ul style="list-style-type: none"> ▣ Отбивание мяча на месте ❖ Подбрасывание мяча с хлопками в движен ❖ Броски мяча ногой в ворота на меткость |
| | <p style="text-align: center;">Итоговое</p> | <p style="text-align: center;">См. приложение</p> | <ul style="list-style-type: none"> ▣ Развлечение «Разноцветный быстрый мяч» |

Содержание модуля 2. «Непоседы» для детей 6-7 лет.

| Месяц | Тема занятия | Задачи | Содержание |
|--------------|---------------------|--|--|
| сентябрь | Диагностика | 1. Выявить уровень физической подготовленности детей. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Ведение мяча в движении - 10 раз, не теряя мяча (дети передвигаются на слегка согнутых ногах, 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 3м., высота 2 м.) ❖ Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте ❖ Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении ❖ Ведение мяча ногой в движении - 10м. не теряя мяча ❖ Броски мяча ногой в цель на меткость (4 из 10) |

| | | | |
|---------------------------------|--|--|--|
| | Диагностика | 1.Выявить уровень физической подготовленности детей. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча через сетку. ❖ Перебрасывание мяча друг другу. ❖ Отбивание мяча на месте. ❖ Подбрасывание мяча с хлопками в движении. ❖ Броски мяча в цель на меткость. |
| о к г я б р ь | История возникновения мяча | <ol style="list-style-type: none"> 1. Углубить представление детей о спортивных играх с мячом. 2. Познакомить с историей возникновения мяча. 3. Развивать ориентировку в пространстве. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Знакомство с историей возникновения мяча. ❖ Беседа «Спортивные игры с мячом». ❖ Д/и «Что это за мяч?» П/и «Горячая картошка», «Акулы» |
| | Беседа о спортивной игре «Волейбол» | <ol style="list-style-type: none"> 1. Познакомить детей со спортивной игрой волейбол, правилами игры. 2. Закреплять умение мягко ловить мяч кистями рук. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Беседа о спортивной игре «Волейбол» ❖ Броски мяча вверх и ловля его на месте не 20 раз П/и «Ловишка с мячом» |

| | | | |
|--|--|-----------------------|--|
| | | 3. Воспитывать | |
|--|--|-----------------------|--|

| | | | |
|--|---|---|--|
| | | целеустремленность | |
| | Беседа о спортивной игре «Баскетбол» | 1. Познакомить детей со спортивной игрой баскетбол, правилами игры. 2. Упражнять в забрасывании мяча в корзину, мягкой ловле кистями рук. 3. Развивать глазомер, ловкость. | ❖ Беседа о спортивной игре «Баскетбол» ❖ Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо ❖ Броски мяча вверх с хлопком. П/и «Охотники и куропатки» |

| | | |
|---|--|--|
| <p>Беседа о спортивной игре «Футбол»</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Познакомить детей со спортивной игрой футбол, правилами игры. 2. Закреплять умение мягко ловить мяч ногой. 3. Воспитывать целеустремленность. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Беседа о спортивной игре «Футбол» ❖ Забрасывание мяча в ворота. ❖ Броски мяча друг другу. <p style="text-align: center;">П/и «Охотники и куропатки»</p> |
| <p>Броски мяча</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Учить бросать мяч об пол и ловить его в движении не менее 10 раз подряд. 2. Закрепить навык перебрасывания мяча от плеча одной рукой. 3. Закреплять навык передачи друг другу мяча с помощью ног. 4. Развивать глазомер, координацию | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 20 раз) ❖ Перебрасывание мяча снизу, от плеча одной рукой (3 – 4 м.) ❖ Передача мяча друг другу парами, в тройках <p style="text-align: center;">П/и «Лови – не лови»</p> |

| | | | |
|--|------------------------|---|--|
| | | движений. | |
| н о я б р ь | Броски мяча | <p>1. Учить бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно.</p> <p>2. Развивать ловкость при ловле мяча с поворотом кругом.</p> <p>3. Останавливать мяч в движении.</p> <p>4. Воспитывать настойчивость в достижении результатов.</p> | <p>❖ Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно.</p> <p>❖ Броски мяча вверх с поворотом кругом</p> <p>❖ Присесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги, поймать мяч</p> <p>❖ Остановка движущегося мяча с помощью ног</p> <p>П/и «Мяч в воздухе»</p> |

| | | | |
|--|------------------------------|---|---|
| | <p>Отбивание мяча</p> | <p>1. Учить отбивать мяч по кругу.</p> <p>2. Закреплять умение бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно.</p> <p>3. Закреплять умение отбивать движущийся мяч ногой.</p> <p>4. Развивать внимание, координацию движений.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Отбивание мяча по кругу ❖ Броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно ❖ Перебрасывание мяча друг другу разными способами ❖ Остановка и отбивание мяча с помощью ног <p>П/и «Кого назвали, тот и ловит»</p> |
| | <p>Перебрасы</p> | <p>1. Учить перебрасывать и</p> | <p>☞ Перебрасывание двух мячей в</p> |

| | | | |
|--|------------------------------|--|---|
| | <p>вание мячей</p> | <p>ловить два мяча одновременно.</p> <p>2. Упражнять ведению мяча по кругу.</p> <p>3. Совершенствовать прыжки.</p> <p>4. Совершенствовать умение передавать друг другу мяч ногой в движении.</p> <p>5. Развивать ловкость.</p> | <p>парах одновременно</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Ведение мяча, продвигаясь по кругу ❖ Прыжки на мячах - хоппах ❖ Передача мяча ногой в движении П/и «Охотники и зверь» |
| | <p>Отбивание мяча</p> | <p>1. Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях.</p> <p>2. Упражнять в метании набивного мяча на дальность.</p> <p>3. Развивать чувство ритма.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Отбивание мяча поочередно правой, левой рукой несколько раз подряд ❖ Перебрасывание двух мячей в парах одновременно ❖ Метание набивного мяча на дальность <p style="text-align: right;">П/и «Гонка мячей по шеренгам»</p> |

| | | | |
|---------------------------------|-------------------------|--|---|
| Д е к а б р ь | Балансировка на фитболе | <ol style="list-style-type: none"> 1. Учить балансированию на фитболе, сохраняя равновесие. 2. Продолжать учить перебрасывать мяч через сетку. 3. Совершенствовать навыки ведения мяча. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ 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» |
| | Забрасывание мяча | <ol style="list-style-type: none"> 1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. 2. Упражнять в быстрой смене движений. 3. Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру. 4. Закреплять умение забрасывать мяч в ворота в движении. 5. Развивать | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Забрасывание мяча в корзину с трех шагов ❖ Прокатывание набивного мяча из разных и.п. ❖ Перебрасывание мяча через сетку одной рукой, ловля двумя руками ❖ Броски мяча в ворота в движении П/и «Горячая картошка» |

| | | | |
|------------------------------|---|---|--|
| | | ориентировку в пространстве. | |
| Бросание и ловля мяча | <p>1. Учить соразмерять силу броска с расстоянием. 2. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук.</p> <p>3. Развивать глазомер.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Бросание и ловля набивного мяча ❖ Забрасывание мяча в корзину с трех шагов ❖ Перебрасывание мяча в парах разными способами <p>П/и «Пятнашки на улиточках»</p> | |
| Ведение мяча | <p>1. Учить вести мяч с поворотом.</p> <p>2. Закрепить умение делать хороший замах,</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Ведение мяча с поворотом ❖ Бросание мяча до указанного ориентира ❖ Прыжки на мячах - хоппах | |

| | | | |
|----------------------------|--------------|--|---|
| | | <p>энергичный бросок.</p> <p>3. Закрепить умение вести мяч ногой, с помощью ориентиров. 4. Развивать выносливость.</p> | <p>☑ Ведение мяча ногой с помощью ориентиров</p> <p>П/и «Мяч капитану»</p> |
| я н в а р ь | Ведение мяча | <p>1. Учить управлять мячом, мягко отталкивая кистью.</p> <p>2. Закреплять умение работать в парах. 3. Упражнять в произвольном действии мячом</p> <p>4. Развивать внимание.</p> | <p>❖ Ведение мяча, продвигаясь бегом.</p> <p>❖ Перебрасывание мяча через сетку в парах</p> <p>❖ Подбрасывание и ловля мяча с поворотом</p> <p>П/и «Мяч - ловцу»</p> |

| | | | |
|--|-----------------------------------|--|--|
| | <p>Перебрасывание мяча</p> | <p>1. Учить ловко принимать и точно передавать мяч друг другу во время ходьбы.</p> <p>2. Упражнять в быстрой смене движений.</p> <p>3. Упражнять в умении передачи мяча в движении.</p> <p>4. Развивать ориентировку в пространстве.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы ❖ Ведение мяча с поворотами ❑ Отбивание мяча по кругу. ❖ Передача мяча ногой в движении П/и «Мельница» |
| | <p>Броски мяча</p> | <p>1. Учить отбивать мяч ладонями в движении 2. Упражнять ведению мяча в беге.</p> <p>3. Упражнять в перебрасывании</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Броски мяча о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать ❖ Ведение мяча, продвигаясь бегом ❖ Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно П/и «Ловишка с мячом» |

| | | | |
|---------------------------------|-------------------|---|--|
| | | <p>мяча ногой друг другу в движении.</p> <p>4. Развивать глазомер, ловкость, чувство ритма.</p> | |
| Ф р в о а п ь | Забрасывание мяча | <p>1. Закреплять навык забрасывания мяча в корзину.</p> <p>2. Упражнять в быстрой и точной передаче мяча в парах, во время ходьбы. 3. Упражнять в умении броска в ворота на меткость.</p> <p>4. Развивать глазомер, ловкость.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3 шагов) ❖ Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы ❖ Бросание мяча в вертикальную цель (с 3-4м.) ❖ Бросок мяча ногой в ворота на меткость <p style="text-align: center;">П/и «Попади мячом в цель»</p> |

| | | | |
|--|----------------------|---|--|
| | Передача мяча | <p>1. Учить определять направление и скорость мяча, удерживать кистями рук.</p> <p>2. Упражнять в</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую в движении ❖ Перебрасывании мяча друг другу во время ходьбы |
|--|----------------------|---|--|

| | | | |
|--|--------------------------------|---|--|
| | | <p>перебрасывании набивного мяча в парах. 3. Передача мяча в парах.</p> <p>4. Развивать координацию движений.</p> | <p>❑ Перебрасывание набивного мяча в парах</p> <p>П/и «Мельница»</p> |
| | Балансировка на фитболе | <p>1. Закреплять навык устойчивого равновесия при балансировке на фитболе.</p> <p>2. Продолжать</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Лежа на животе на фитболе, поворот на спину ❖ Балансировка на фитболе лежа на животе ❖ Перебрасывание мяча через сетку двумя руками из-за головы <p>П/и «Охотники и куропатки»</p> |

| | | | |
|--|------------------------------|---|---|
| | | <p>учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук.</p> <p>3. Развивать внимание.</p> | |
| | <p>Отбивание мяча</p> | <p>1. Закреплять умение отбивать мяч ладонями в нужном направлении.</p> <p>2. Упражнять в точной передаче мяча друг другу.</p> <p>3. Закреплять умение останавливать мяч ногой в движении.</p> <p>4. Совершенствовать технику движений.</p> | <p>❖ Отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении</p> <p>❖ Перебрасывание мяча друг другу в парах во время бега</p> <p>❖ Остановка и передача мяча в движении</p> <p>П/и «не урони мяч»</p> |

| | | | |
|--|----------------------------|---|---|
| | <p>Ведение мяча</p> | <p>1. Учить мягкими, плавными движениями вести мяч в разных направлениях.</p> <p>2. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. 3. Закреплять умение вести мяч ногой с помощью ориентиров.</p> <p>4. Развивать ориентировку в пространстве.</p> | <p>❖ Ведение мяча в разных направлениях, с остановкой на сигнал</p> <p>❖ Бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы</p> <p>❖ Ведение мяча в движении</p> <p>❖ Прыжки на мячах – хоппах</p> <p>П/и «Лови – не лови»</p> |
|--|----------------------------|---|---|

| | | | |
|--|---------------------------------|---|---|
| | <p>Ведение мяча</p> | <p>1. Продолжать учить мягкими, плавными движениями вести мяч в разных направлениях, останавливаться на сигнал.</p> <p>2. Упражнять в слитном выполнении замаха и броска мяча в корзину с разного расстояния.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Ведение мяча правой, левой рукой в разных направлениях, с остановкой на сигнал ❖ Бросание мяча в корзину от плеча с разного расстояния <p>П/и «Пятнашки на улиточках»</p> |
| | <p>Забрасывание мяча</p> | <p>1. Продолжать учить занимать правильное и.п. при забрасывании мяча в корзину.</p> <p>2. Закреплять умение гасить скорость летящего мяча, удерживать</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Забрасывание мяча в корзину с трех шагов ❖ Отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении ❖ Бросок мяча в ворота на меткость ❖ Отбивание мяча на месте |

| | | | |
|--|--|-----|--|
| | | его | |
|--|--|-----|--|

| | | | |
|--|-------------|---|--|
| | | <p>кистями рук.</p> <p>3. Закреплять умение броска мяча ногой в ворота на меткость.</p> <p>4. Отрабатывать навык отбивания мяча на месте.</p> <p>5. Развивать выносливость.</p> | <p>П/и «Футбол»</p> |
| | Броски мяча | <p>1. Закреплять умение правильно ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. Упражнять в точной передаче мяча друг</p> | <p>❖ Броски мяча с хлопком и ловля его в движении</p> <p>❖ Перебрасывание 2 мячей одновременно в парах</p> <p>❖ Перебрасывание мяча друг другу от плеча одной рукой (3-4м.)</p> <p>П/и «Салки с мячом»</p> |

| | | | |
|--|----------------------------|--|--|
| | | другу. 3. Развивать глазомер, ловкость. | |
| а п р е л ь | Перебрасывание мяча | <p>1. Развивать точность движений при переброске мяча через сетку.</p> <p>2. Отрабатывать навык ведения мяча змейкой.</p> <p>3. Отрабатывать умение передачи мяча ногой в движении.</p> <p>4. Совершенствовать прыжки на мячах - хоппах.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча через сетку, отбивание толчком двух ладоней ❖ Ведение мяча змейкой, с остановкой на сигнал ❖ Передача мяча ногой в движении ❖ Прыжки на мячах - хоппах <p>П/и «Гонка мячей по шеренгам»</p> |
| | Перебрасывание мяча | <p>1. Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами.</p> <p>2. Закреплять</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу ❖ Отбивание футбола двумя руками в ходьбе ❖ Перебрасывание мяча через сетку <p>П/и «Пятнашки на улиточках»</p> |

| | | | |
|--|---------------------|--|---|
| | | <p>умение видеть мяч, быстро реагировать на его полет.</p> <p>3. Развивать координацию движений.</p> | |
| | Ловля мяча | <p>1. Упражнять в быстром реагировании на мяч, летящего на разной высоте.</p> <p>2. Упражнять в слитном выполнении замаха и броска при забрасывании мяча в корзину.</p> <p>3. Развивать быстроту, сообразительность.</p> | <p>❖ Забрасывание мяча в корзину от плеча с разного расстояния</p> <p>❖ Ловля мяча, летящего на разной высоте</p> <p>❖ Метание набивного мяча на дальность</p> <p>П/и «Мяч в воздухе»</p> |
| | Ведение мяча | <p>1. Упражнять мягкому, плавному движению мяча с</p> | <p>❖ Ведение мяча с дополнительными заданиями</p> <p>❖ Бросание мяча до указанного ориентира</p> <p>❖ Перебрасывание мяча друг другу в парах во время бега, ходьбы</p> |

| | | | |
|-----|-------------|--|---|
| май | | <p>дополнительными заданиями.</p> <p>2. Развивать силу броска. 3. Упражнять в перебрасывании мяча во время движения.</p> | <p>П/и «Меткий стрелок»</p> |
| | Диагностика | <p>1. Выявить уровень подготовленности детей</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Ведение мяча в движении – 10м. Не теряя мяча (дети передвигаются на слегка согнутых ногах, наклоняя тело несколько вперед, рука и 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 двумя руками из – за головы (с расстояния 3м., высота 2м.) ❖ Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте ❖ Броски мяча об пол и ловля двумя руками в движении ❖ Введение мяча ногой в движении – 10м. не теряя мяча ❖ Броски на меткость мяча в ворота (4 из 10) |
| | Диагностика | <p>1. Выявить уровень физической</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча через сетку |

| | | | |
|--|-----------------|---------------------------------------|---|
| | | <p>подготовленности детей.</p> | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Перебрасывание мяча друг другу ❖ Отбивание мяча на месте ❖ Подбрасывание мяча с хлопками в движении ❖ Броски мяча в ворота на меткость |
| | Итоговое | См. приложение | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Развлечение «Разноцветный быстрый мяч» |

Формы аттестации/контроля и оценочные материалы.

Для оценки качества освоения программы используется входная и итоговая диагностика обучающихся. При проведении диагностики используются следующие формы и методы: устные (опрос, беседа, педагогическое наблюдение), практические (контрольное упражнение), метод взаимоконтроля и самоконтроля (самостоятельное нахождение ошибок, анализ причины неправильного исполнения, устранение обнаруженных пробелов), дифференциация и подбор заданий с учетом особенностей обучающихся.

| Техника исполнения работы | Удовлетворительно | Качественно | Безупречно |
|------------------------------|-------------------|-------------|------------|
| Гибкость | | | |
| Ловкость | | | |
| Осанка | | | |
| Быстрота движения | | | |
| Растягивание мышц | | | |
| Развивать чувство равновесия | | | |
| Работа с мячом | | | |

| Параметры результативности реализации программ | Характеристика низкого уровня результативности | Оценка уровня результативности | | | | | Характеристика высокого уровня результативности |
|---|--|--------------------------------|-------|-------------------|--------|--------------|--|
| | | Очень слабо | Слабо | Удовлетворительно | Хорошо | Очень хорошо | |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| Умеет отбивать мяч на месте (в движении не менее 10 раз) | | | | | | | Информация освоена полностью в соответствии с задачами программы |
| Умеет бросать мяч вверх и ловить его на месте и в движении | | | | | | | Способы деятельности освоены полностью в соответствии с задачами программы |
| Выполняет действие с мячом в парах (перебрасывание мяча дуг другу и т.п.) | | | | | | | Приобретен полноценный, разнообразный, адекватный содержанию |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|---|
| | | | | | | | программы опыт эмоционально-ценностных отношений, способствующий развитию личностных качеств обучающегося |
| Забрасывает мяч в баскетбольную корзину | | | | | | | Приобретен опыт самостоятельной творческой деятельности (оригинальность, индивидуальность, качественная завершенность результата) |
| Перебрасывает мяч через веревку/сетку | | | | | | | Приобретен опыт взаимодействия и сотрудничества в системах «педагог-обучающийся» и «обучающийся - обучающийся». Доминируют субъект-субъектные отношения |
| Бросание мяча вдаль до указанных ориентиров | | | | | | | Актуальные достижения обучающимся осознаны и сформулированы |
| Учувствует в играх с мячом (баскетбол, волейбол, мини - футбол, пионербол) знает и соблюдает правило игры | | | | | | | Стремление обучающегося к дальнейшему совершенствованию в данной области (у обучающегося активизированы познавательные интересы и потребности) |

Все оценки показателей по каждому заданию суммируются. Наивысшее число баллов, которое может получить ребенок – 24. На основе набранной

суммы можно дифференцировать детей по уровню усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом:

19-24 баллов - высокий уровень,

13-18 баллов - средний уровень,

8 -12 баллов - низкий уровне

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097534

Владелец Устюжанина Анастасия Владимировна

Действителен с 08.04.2025 по 08.04.2026