

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 85
Приморского района г. Санкт – Петербурга

Принята
педагогическим советом
ГБДОУ № 85
30.08.2023г. протокол №1

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий ГБДОУ № 85

Л.Н.Алышева
Приказ от 31.08.2023г. № 187-од

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДЕТСКИЙ САД № 85
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Возраст 5 – 6 ЛЕТ

Срок реализации – 1 год

Разработчик: Смирнова Светлана Игоревна,
педагог дополнительного образования
ГБДОУ детский сад № 85
Приморского района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург
2023г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для детей 5-6 лет «Спортивные игры» (далее Программа), разработана в соответствии с Федеральным Законом об образовании от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» (далее – Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность и способствует физическому развитию дошкольников. Рассчитана на детей в возрасте 5-6 лет, со сроком реализации программы 1 год.

НОВИЗНА данной Программы заключается в том, что развитие физических способностей детей осуществляется в интеграции учебно-воспитательного процесса.

Особое внимание уделяется формированию двигательных навыков и закреплению на основе высокой степени повторяемости и оптимальной последовательности способам владения мячом: ведение, броски, передачи, обманные движения и т.п.

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

Содержание программы ориентировано на создание у детей хорошей физической подготовки, воспитание нравственно-волевых, моральных качеств, чувства коллективизма.

АКТУАЛЬНОСТЬ данной Программы заключается в том что дошкольная подготовка в условиях дополнительного образования – одно из востребованных инновационных направлений в условиях модернизации российского образования.

Следовательно, необходимо детально разработать методику обучения элементам спортивных игр детей дошкольного возраста для использования ее в работе, определение её содержания с учетом возрастных особенностей детей, их физического развития и физической подготовленности. При этом необходимо учитывать и задачи физического развития детей дошкольного возраста, и специфику работы дошкольного учреждения.

На седьмом году жизни у детей происходит качественный скачок в развитии движений, появляется выразительность, плавность, точность, особенно при выполнении циклических и ациклических видов деятельности. Дети лучше осваивают ритм движения. Быстро переключаются с одного темпа на другой, что особенно важно при обучении игры в баскетбол. Точнее оценивается пространственное расположение частей тела, предметов, глазомер. Дети начинают замечать ошибки при выполнении отдельных упражнений с мячом, способны на элементарный анализ. Они могут различать в содержании упражнений с мячом не только его основные элементы, но и детали, начинают осваивать более тонкие движения в действии кистью при передаче, ведении, броска мячом по кольцу.

Элементарные действия игр должны более широко использоваться в старших и подготовительных к школе группах детского сада. В работу могут включаться и игры с мячом, и специальные упражнения по закреплению навыков владения им.

Повышение эффективности физического воспитания детей дошкольного возраста чрезвычайно важно, так как именно в этом возрасте закладываются основы физического развития человека.

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ данной Программы в том, что 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. Структура занятий позволяет удовлетворить высокую двигательную потребность детей старшего дошкольного возраста.

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. 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.

ПРИНЦИПЫ ОТБОРА СОДЕРЖАНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Обучение спортивным играм осуществляется в соответствии с общими методическими принципами:

- **сознательности и активности;**
- **наглядности и систематичности;**
- **доступности и индивидуализации;**
- **прочности и прогрессирования.**

Особенности игры определяют своеобразие реализации этих принципов в процессе обучения.

Построение процесса обучения в соответствии с принципами **сознательности и активности** требует такой организации занятий, которая бы побуждала учащихся действовать в игре творчески и самостоятельно.

Изучение приемов техники и тактики происходит вне игры, при разучивании различных упражнений. Поэтому, объясняя новый прием, надо стремиться к тому, чтобы учащиеся четко представляли себе его назначение, место в игре и условия, в которых его целесообразно его применить.

Объясняя упражнение привлекать всевозможные **наглядные** пособия, фотографии, кинопрограммы, схемы, плакаты, таблицы и др.

В соответствии с принципом **систематичности** вначале осваиваются приемы, без которых невозможен процесс игры, затем переходят к изучению различных групп приемов, устанавливая прямую связь между ними, так как в игре они применяются не изолированно по группам, а в различных сочетаниях.

Для реализации принципа систематичности необходимо соблюдать правила от простого к сложному, от легкого к трудному, от главного к второстепенному, от известного к неизвестному.

Учет индивидуальных особенностей учащихся должен быть всесторонним (физическое развитие, координационная способность и другие качества).

Во время игры учащиеся применяют те или иные приемы в условиях сопротивления, быстро меняющейся обстановки при жестком лимите времени. Поэтому приобретенный навык должен быть не только **прочным**, но и гибким. Прочность навыка достигается регулярным и многократным повторением упражнений, **прогрессирование** его – последовательным усложнением условий выполнения с постепенным приближением к условиям игры.

ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ совместной образовательной деятельности: наглядность, сознательность и активность, доступность, научность, учет возрастных и индивидуальных особенностей детей, систематичность и последовательность.

ЦЕЛЬ: повышение результативности физического развития старших дошкольников посредством освоения движений с мячом и изучения доступных элементов техники наиболее популярных спортивных игр: волейбола, футбола, баскетбола, городки.

ЗАДАЧИ:

ОБУЧАЮЩИЕ

- Формировать начальные представления о видах спорта: городки, баскетбол, футбол, пионербол.
- Познакомить с основными правилами игры в городки, баскетбол, футбол, пионербол.
- Способствовать овладению техникой и тактическим приемам спортивной игры.
- Совершенствовать двигательный опыт детей с помощью новых двигательных действий.

РАЗВИВАЮЩИЕ

- Способствовать развитию физических качеств и двигательных способностей.
- Развивать первоначальные умения выполнения движений с мячом, элементов техники доступных видов спортивных игр: футбола, баскетбола, пионербола.
- Развивать и совершенствовать основные психические процессы: внимание, память.

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ

- Воспитывать положительные морально-волевые качества: смелость, решительность и настойчивость в спортивных играх.
- Воспитывать устойчивый интерес к командно-игровым элементам видов спорта.
- Воспитывать коммуникативные отношения: чувство товарищества, взаимовыручки, коллективизма.
- Воспитывать культуру общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- **ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ**, участвующих в реализации данной Программы: от 5 до 6 лет
- **СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ** Программы: 1 год
- **ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД** освоения Программы осуществляется с 01 октября по 31 апреля, продолжительностью 28 недель.
- **УСЛОВИЯ ПРИЕМА В ГРУППУ** – достижение ребенком указанного возраста; желание родителей и подписание ими соответствующего договора.

СОВМЕСТНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ проводится 2 часа в неделю.

Продолжительность: 25 минут.

Режим занятий: 2 часа в неделю.

ФОРМЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ:

Основными формами образовательной деятельности являются: практические и теоретические учебные занятия, соревнования.

На занятиях предусматриваются следующие формы совместной образовательной деятельности:

- индивидуальная (самостоятельное выполнение индивидуального задания);
- фронтальная (соревнования);
- групповая (выполнение групповых заданий);

ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ИСПОЛЬЗУЮТСЯ СЛЕДУЮЩИЕ МЕТОДЫ:

- Показ и объяснение.
- Игровой метод.

- Двусторонняя игра, один против другого или в парах.
- Соревновательный метод.
- Инструктор – участник, водящий игр с мячом; совместное (в паре с ребенком) выполнение упражнений с мячом.

СТРУКТУРА СОВМЕСТНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Организация детей, ознакомление с предстоящей работой, создание необходимой психологической установки.
2. Комплекс общеразвивающих упражнений, направленный на подготовку организма к более напряженной работе.
3. Подготовительные упражнения, направленные на овладение техникой и тактикой спортивной игры (городки, баскетбол, футбол, пионербол).
4. Учебно-тренировочные игры по упрощенным правилам.
5. Подвижные игры, эстафеты с элементами спортивных игр.
6. Малоподвижная игра в ходе, которой организм приводится в относительно спокойное состояние.
7. Спокойная ходьба.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ:

- 1. Раздел «Обучение элементам игры в городки»**
 - набор «Городки» - 5 шт.;
- 2. Раздел «Обучение элементам игры в баскетбол»**
 - баскетбольный мяч № 3 - 2 шт.;
 - баскетбольные щиты с корзинами - 2 шт.;
 - баскетбольное кольцо на петлях – 2шт;
 - мишени – 2 шт.;
- 3. Раздел «Обучение элементам игры в футбол»**
 - футбольный мяч - 2 шт.;
 - кегли – 10шт;
 - конусы – 8 шт.;
- 4. Раздел «Обучение элементам игры в пионербол»**
 - волейбольная сетка - 1 шт.;
 - волейбольный мяч – 1 шт.;
 - резиновые мячи диаметром 20 см – 20шт.;

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ:

- 1. Раздел «Обучение элементам игры в городки»**
 - набор иллюстраций «Городки» – 1шт.;
 - картотека упражнений для игры в городки – 1шт.;
- 2. Раздел «Обучение элементам игры в баскетбол»**
 - набор иллюстраций «Баскетбол» – 1шт.;
 - картотека подвижных игр -1 шт.;
 - картотека упражнений для игры в баскетбол – 1шт.;

3. Раздел «Обучение элементам игры в футбол»

- набор иллюстраций «Футбол» – 1 шт.;
- картотека подвижных игр -1 шт.;
- картотека упражнений для игры в футбол – 1 шт.;

4. Раздел «Обучение элементам игры в пионербол»

- набор иллюстраций «Волейбол» – 1 шт.;
- картотека подвижных игр -1 шт.;
- картотека упражнений для игры в волейбол – 1 шт.;

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

При решении поставленных в Программе задач педагог выстраивает систему воспитательно-образовательной работы и создает условия, направленные на достижение детьми целевых ориентиров.

К концу обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе для детей 5 - 6 лет «**Спортивные игры**», дети могут:

Предметные результаты:

➤ *При освоении элементов игры в баскетбол:*

- отбивать (вести) мяч на месте двумя руками и одной;
- вести мяч в движении, продвигаясь между предметами, с поворотами, бегом;
- вести и передавать мяч друг другу;
- забрасывать мяч в баскетбольное кольцо.

➤ *При освоении элементов игры в пионербол:*

- прокатывать мяч одной и двумя руками из разных исходных положений;
- бросать мяч вверх, об пол, в цель, на дальность (из разных исходных положений) и ловить его двумя и одной рукой;
- перебрасывать мяч через сетку снизу, от груди, сверху, с отскоком от пола двумя руками;
- бросать мяч в стенку и ловить его;
- бросать мячи (разного размера) на дальность и в цель;
- бросать мяч друг другу;
- играть в «Пионербол» одним мячом.

➤ *При освоении элементов игры в футбол:*

- вести мяч ногой произвольно любым способом (правой, левой), по извилистой линии, по коридору, между предметами, обводя их;
- выполнять удары по мячу с места, с разбега, с попаданием в цель;
- останавливать (принимать) мяч во время передачи.

➤ *При освоении элементов игры в городки:*

- выполнять основные броски с полукона;
- выполнять хват ручки биты;
- выполнять броски на дальность;

Личностные результаты:

- проявлять устойчивый интерес к спортивным играм;
- активно участвовать в праздниках и соревнованиях;
- работать самостоятельно и в коллективе;
- соблюдать правила спортивного поведения;
- иметь развитые эмоционально-волевые качества и коммуникативные навыки;
- проявлять положительные качества личности;

- управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оценивать, корректировать, анализировать свои поступки, осуществлять контроль и самоконтроль;

Метапредметные результаты:

- фиксировать результат своей деятельности;
- применять полученные знания о здоровом образе жизни в практической деятельности;
- самостоятельно решать доступные игровые задачи;
- ставить цель и планировать свою деятельность;
- признавать свои ошибки и исправлять их
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и организацию отдыха в процессе её выполнения;

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№/№ п/п	Разделы Программы	Количество занятий		
		Всего	Теория + практика	Практика
1	Вводное занятие	1	1	-
2	Обучение элементам игры в городки	10	1	9
3	Обучение элементам игры в баскетбол	16	1	15
4	Обучение элементам игры в футбол	13	1	12
5	Обучение элементам игры в пионербол	14	1	13
6	Мониторинг	2	-	2
Итого:		56	5	51

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Дата начала обучения по Программе	Дата окончания обучения по Программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
01.10.23	30.04.24	28	56 часов (2 часа в неделю)	<u>Вторник, пятница</u> 15.50 – 16.15 16.25 - 16.50
Праздничные дни: ноябрь: 04-06.11.2023; январь: 01.01-08.01.2024; февраль: 23.02-25.02.2024; март: 08.03-10.03.2024; апрель-май: 08.04-01.05.2024; май: 09-10.05.2024; 12.06.2024;				

Взаимодействие с семьей:

- родительские собрания – сентябрь – октябрь 2023г.
- открытые занятия – апрель 2024г.
- индивидуальные консультации – по запросу.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ

1. Раздел «Обучение элементам игры в городки»

В ходе реализации раздела «Обучение элементам игры в городки», дети знакомятся с русской народной игрой «Городки», историей её возникновения, инвентарём для игры (бита, городок или рюха), элементами площадки для игры («город», «кон», «полукон»), несколькими городошными фигурами («Забор», «Ворота», «Бочка», «Часовые», «Звезда», «Колодец»). В процессе обучения, дети овладевают правильной «стойкой городошника»), элементарными действиями с битой, способами её метания на дальность и в цель, научатся строить простейшие фигуры. В результате у детей развивается сила, координация и точность движений, глазомер; укрепляются мышцы спины и плечевого пояса; формируются осторожность, внимательность, способность к взаимодействию в игровых ситуациях; у детей воспитывается интерес к русским народным играм и положительное отношение к спорту.

2. Раздел «Обучение элементам игры в баскетбол»

Раздел «Обучение элементам игры в баскетбол», знакомит детей с содержанием игры в баскетбол, её привалами и основными приёмами. Приобретают основы индивидуальных и групповых действий. Особое внимание уделяется развитию физических качеств, т.е. повышению уровня физической подготовки, как основы для успешности дальнейшего обучения. К концу учебного года осуществляется переход от общеподготовительных к наиболее специализированным упражнениям для баскетболиста.

Дети овладевают основами теоретических знаний. У них формируется стойкий интерес к занятиям-тренировкам. Реализация раздела способствует разностороннему гармоничному развитию детей, укреплению их здоровья, закаливанию организма. У детей воспитываются специальные способности для успешного овладения навыками игры: гибкость, быстрота, ловкость.

Таким образом, реализация раздела «Элементы игры в баскетбол», способствует приобретению основных навыков и умений игры в баскетбол: перемещения, стойки, ловля, передачи, ведение и броскам мяча в корзину. Вырабатываются навыки соревновательной деятельности.

3. Раздел «Обучение элементам игры в футбол»

Раздел «Обучение элементам игры в футбол» способствует сохранению и приумножению любви детей к футболу, убеждает их в том, что занятия футболом могут развить все необходимые для будущей жизни качества и способности человека. В ходе реализации раздела дети учатся основам техники футбола, такими как техника остановок подошвой, внутренней частью стопы, бедром и передач мяча подъемом, внутренней частью стопы, внешней частью стопы, ведений и обводок, ударам по воротам, обманным движениям (финтам). Дети получают также теоретические знания о здоровье человека, физической культуре, спорте, этике поведения спортсмена; у них вырабатываются необходимые физические умения и навыки для здорового полноценного физического развития. В результате работы по реализации данного раздела дети становятся более развиты физически, подходят к пониманию того, что успех в футболе невозможен без систематических тренировок, умеют правильно выполнять элементы игры в футбол.

4. Раздел «Обучение элементам игры в пионербол»

Раздел «Обучение элементам игры в пионербол» знакомит детей с историей и содержанием игры в волейбол, её привалами и основными приёмами. В ходе реализации раздела происходит освоение техники игры в волейбол, совершенствование деятельности основных физиологических систем организма: нервной, сердечнососудистой, дыхательной; улучшается физическая подготовленность детей. В ходе реализации раздела у детей развивается координация движений, выносливость, быстрота, ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры. Формируются простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку,

подача мяча, блокирование, индивидуальную тактика ведения игры. Дети учатся выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом; учатся понимать сущность коллективной игры с мячом, её цель и правила. В результате реализации раздела у детей не только развиваются физические качества, но и вырабатывается умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели, воспитывается умение играть коллективно, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Месяц	№ занятия	Вводное занятие. Мониторинг первичных умений.		
		Задачи	Кол-во часов	Содержание
Октябрь	1	Познакомить детей с видами спорта.	1	<u>Теория</u> + <u>Практика</u> Вводный инструктаж. Показ наглядных материалов. Презентация. Дидактическая игра «Спортивный комментатор»
Октябрь	2	1.Мониторинг.	1	<u>Практика</u> 1.Выполнение тестов (см. приложение 1).
Раздел «Обучение элементам игры в городки» - 10 часов				
Октябрь	3	Воспитывать сознательное отношение к занятиям. Познакомить детей с русской народной спортивной игрой – «Городки».	1	<u>Теория</u> Беседы: «Береги себя и друзей» (познакомить с правилами поведения и взаимодействия в игре).«Когда кидаю - пятерых выбиваю» (история возникновения игры «Городки», ее значение в физическом совершенствовании человека). «Путешествие в удивительный городок» (правила игры). Презентация «Городки (рюхи). Какие бывают городки? Как действовать с битой?»
Октябрь	4	Проверить осанку в различных и.п. при выполнении упражнений.	1	<u>Практика</u> «Карусель» - ходьба и бег по кругу (с вариантами). «Через биты - полоски» - прыжки через биты разными способами. «Передай биту» - эстафета в командах (передавать биту разными способами: над головой, между ногами, сбоку – перебежать и встать в конец колонны) .«Попади в цель» (расстояние 3м). «Метни стрелу» - попадание битой в кегли, городки с расстояния 2-3м.

Октябрь	5	Воспитывать сознательное отношение к занятиям. Проверить осанку в различных и.п. при выполнении упражнений. Познакомить с сущностью и правилами игры в «Городки». Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.	1	<u>Практика</u> «Карусель» - ходьба и бег по кругу (с вариантами). «Через биты - полосы» - прыжки через биты разными способами. «Передай бит» - эстафета в командах (передавать бит разными способами: над головой, между ногами, сбоку – перебежать и встать в конец колонны). «Подбрось – поймай» (городок или бит) – кто поймает большее количество раз. «Попади в цель» (расстояние 3м). «Метни стрелу» - попадание битой в кегли, городки с расстояния 2-3м. «Составь фигуру» (забор, бочка).
Октябрь	6	Формировать умение принимать и фиксировать правильную осанку. Познакомить с 10 городошными фигурами.	1	<u>Практика</u> Игровые упражнения: «Карусель» - ходьба и бег по кругу (с вариантами); «Парные кружения» - кружения в парах, парные танцы под музыку; «Лошадки» - прыжки через биты; «Меткие стрелы» - попадание битой в кегли, городки с расстояния 2-3м; «Попади в цель» (расстояние 3м).
Октябрь	7	Проверить осанку в различных и.п. при выполнении упражнений. Укреплять мышцы верхнего плечевого пояса. Познакомить со способами броска биты.	1	<u>Практика</u> Игровые упражнения: «Парные кружения» - кружения в парах, парные танцы под музыку; «Собери палки» - дети бегут навстречу друг другу, собирая предметы; «Кто дальше и быстрее» (фронтально) – перебежать через площадку, взять бит, бит меньше, чем детей; «Метни стрелу» - попадание битой в кегли, городки с расстояния 2-3м; «Составь фигуру» (забор, бочка).
Октябрь	8	Развивать и укреплять мышцы верхнего плечевого пояса. Развивать глазомер. Познакомить и разучить бросок биты локтевым способом.	1	<u>Практика</u> Игровые упражнения: «Карусель» - ходьба и бег по кругу (с вариантами). «Кто дальше и быстрее» (фронтально) – перебежать через площадку, взять бит, бит меньше, чем детей; «Подбрось – поймай» (городок или бит) – кто поймает большее количество раз; «Попади в круг» - метание биты в обруч; «Составь фигуру».
Ноябрь	9	Развивать и укреплять мышцы верхнего плечевого пояса. Развивать глазомер. Закреплять навык броска биты локтевым способом. Познакомить с городошной фигурой «Заборчик».	1	<u>Практика</u> Игровые упражнения: «Карусель» - ходьба и бег по кругу (с вариантами). «Через биты - полосы» - прыжки через биты разными способами; «Кто дальше и быстрее» (фронтально) – перебежать через площадку, взять бит, бит меньше, чем детей; «Подбрось – поймай» (городок или бит) – кто поймает большее количество раз; «Метни стрелы» - попадание битой в кегли, городки с расстояния 2-3м; «Составь фигуру» (забор).

Ноябрь	10	Развивать и укреплять мышцы верхнего плечевого пояса. Развитие глазомера. Познакомить и разучить бросок биты плечевым способом.	1	<u>Практика</u> Игровые упражнения: «Карусель» - ходьба и бег по кругу (с вариантами). «Собери палки» - дети бегут навстречу друг другу, собирая предметы; «Лошадки» - прыжки через биты; «Метни стрелы» - попадание битой в кегли, городки с расстояния 2-3м; «Составь фигуру».
Ноябрь	11	Развитие и укрепление мышц верхнего плечевого пояса. Развитие глазомера. Познакомить и разучить бросок биты плечевым способом.	1	<u>Практика</u> Игровые упражнения: «Карусель» - ходьба и бег по кругу (с вариантами). «Подбрось – поймай» (городок или биты) – кто поймает большее количество раз; «Через биты - полоски» - прыжки через биты разными способами; «Попади в круг» (фронтально) – метание биты в обруч; «Составь фигуру».
Ноябрь	12	Развивать и укреплять мышцы верхнего плечевого пояса, глазомер. Познакомить и разучить бросок бит комбинированным способом. Познакомить с городошной фигурой «Звезда». Закрепить умение бросать биты тремя способами (локтевым, плечевым, комбинированным). Закрепить знания городошных фигур («Заборчик», «Часовые», «Звезда») и их построение.	1	<u>Практика</u> Игровые упражнения: «Карусель» - ходьба и бег по кругу (с вариантами); «Пролезь в обруч»; «Через биты - полоски» - прыжки через биты разными способами; «Подбрось – поймай» (городок или биты) – кто поймает большее количество раз; «Составь фигуру» (забор, часовые, звезда). Игра в городки: выбивание одного городка из города, одной фигуры. фигуру» (забор, звезда).

Месяц	№ занятия	<i>Раздел «Обучение элементам игры в баскетбол» -16 часов</i>		
		<i>Задачи</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Содержание</i>
Ноябрь	13	Познакомить с игрой в баскетбол, историей его возникновения. Познакомить детей с разными видами мячей. Познакомить детей с правилами игры, с площадкой, что такое поле, и что обозначают линии на площадке.	1	<u>Теория</u> Беседы с детьми на тему: «Что такое баскетбол»; «Какие бывают мячи»; «Что можно и чего нельзя в баскетболе»; «Поле и его линии»; «Что можно и чего нельзя в баскетболе».

Ноябрь	14	Упражнять в подбрасывании мяча двумя руками вверх, отбивать мяч о пол правой (левой) рукой. Развивать ловкость, быстроту, внимания. Формировать умение занимать правильную стойку баскетболиста. Развивать умение подбрасывать мяч двумя руками вверх, отбивать мяч. Упражнять в перебрасывании мяча. Упражнять передвижению по площадке.	1	<u>Практика</u> Перебрасывание мячей стоя в шеренгах, двумя руками снизу после удара мяча о пол, подбросить вверх двумя руками. Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой. Подбрасывание мяча вверх и ловлей его двумя руками. Закрепление стойки баскетболиста, передвижение по площадке. Отбивание мяча стоя на месте правой (левой) рукой. Подвижные игры: «Перекаати быстрее»; «Вышло солнце из-за речки»; «Четыре стихии»; «Найди свой цвет»; «Съедобное, не съедобное».
Ноябрь	15	Формировать умение занимать правильную стойку баскетболиста. Упражнять в подбрасывании мяча двумя руками вверх, отбивании мяча о пол правой (левой) рукой. Развивать ловкость.	1	<u>Практика</u> Подбрасывание мяча вверх и ловля его после хлопка. Обучение стойки баскетболиста. Отбивание мяча стоя на месте правой (левой) рукой. Подвижные игры: «Серпантин»; «Чье звено больше»; «Вызови по имени».
Ноябрь	16	Формировать умение занимать правильную стойку баскетболиста. Продолжать развивать умение подбрасывать мяч двумя руками вверх, отбивать мяч о пол левой рукой.	1	<u>Практика</u> Подбрасывание мяча вверх и ловля его после хлопка. Обучение стойки баскетболиста. Отбивание мяча стоя на месте левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. Подвижные игры: «Найди свой цвет»; «Кого назвали тот и ловит».
Декабрь	17	Упражнять отбивать мяч во время ходьбы по кругу. Закреплять умение в перебрасывании мяча друг другу.	1	<u>Практика</u> Отбивание мяча стоя на месте левой рукой. Отбивание мяча стоя на месте правой рукой. Ведение мяча правой рукой по кругу. Ведение мяча с остановкой, принять стойку баскетболиста. Перебрасывание мяча партнеру удобным способом. Перебрасывание мяча партнеру через натянутый шнур (на уровне глаз ребенка). Подвижные игры: «Мотоциклисты»; «Четыре стихии».
Декабрь	18	Закреплять умение владения мячом в играх.	1	<u>Практика</u> Стойки баскетболиста. Подвижные игры: «Кто быстрее до флажка»; «Найди свой цвет»; «Серпантин»; «Лови, бросай, падать не давай»; «Чье звено больше»; «Летает, не летает».
Декабрь	19	Закреплять навыки ведения мяча в движении, передачи и ловле мяча, отбивании мяча, добиваться точности, качества в их выполнении, учить простейшим парным взаимодействиям.	1	<u>Практика</u> Отбивание мяча стоя на месте правой (левой) рукой. Ведение мяча правой рукой по кругу. Ведение мяча с остановкой, принять стойку баскетболиста. Перебрасывание мяча партнеру через натянутый шнур (на уровне глаз ребенка). Подвижные игры: «Гонка мячей»; «Салют».

Декабрь	20	Закреплять умение владения мячом в играх.	1	<u>Практика</u> Стойки баскетболиста. Отбивание мяча стоя на месте правой (левой) рукой. Ведение мяча правой (левой) рукой по прямой. Ведение мяча с остановкой, принять стойку баскетболиста. Подвижные игры: «Обгони мяч»; «У кого меньше мячей»; «Сделай фигуру».
Декабрь	21	Закреплять знания детей о правилах игры. Закреплять навыки ведения мяча в движении, добиваться точности, качества в их выполнении, учить простейшим парным взаимодействиям. Развивать координацию, ориентировку в пространстве.	1	<u>Практика</u> Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой. Ведение мяча правой рукой во время ходьбы врассыпную. Подвижные игры: «Вышло солнце из-за речки»; «Скажи, какой цвет»; «Передал, садись»; «Туннель с мячом».
Декабрь	22	Закреплять навыки ведения мяча в движении, передачи и ловле мяча, отбивании мяча, добиваться качества в их выполнении. Развивать внимание, ориентировку в пространстве.	1	<u>Практика</u> Ведение мяча правой рукой во время ходьбы врассыпную, после сигнала принять стойку баскетболиста. Подвижные игры: «Шишки, желуди, орехи»; «Прокати, перебрось»; «Мотоциклисты»; «Обгони мяч». «Ловишка с мячом»; «Три мяча»; «Четыре стихии».
Декабрь	23	Закреплять навыки владения мячом в играх. Продолжать обучать простейшим парным взаимодействиям.	1	<u>Практика</u> Подвижные игры: «Шишки, желуди, орехи»; «Ручей»; «Светофор»; «У кого меньше мячей»; «Скажи какой цвет»; «Три мяча»; «Ловишка с мячом»; «Задний ход».
Декабрь	24	Упражнять детей в умении владения мячом в играх. Продолжать обучать простейшим парным взаимодействиям. Развивать быстроту, ловкость, внимание.	1	<u>Практика</u> Перебрасывание мяча партнеру через натянутый шнур (выше головы ребенка). Ходьба врассыпную с подбрасыванием и ловлей мяча. Подвижные игры: «Играй, играй мяч не теряй»; «По кочкам»; «Ручейки, озера»; «Скажи, какой цвет»; «Гонка мячей по кругу»; «Задний ход».
Январь	25	Закреплять навыки владения мячом в играх, передачи и ловле мяча, отбивании мяча. Упражнять в простейших парных взаимодействиях. Развивать быстроту, ловкость, внимание.	1	<u>Практика</u> Перебрасывание мяча партнеру через натянутый шнур (выше головы ребенка). Ходьба врассыпную с подбрасыванием и ловлей мяча. Подвижные игры: «Вышло солнце из-за речки»; «Светофор»; «Прокати, перебрось»; «Кто быстрее»; «Мотоциклисты»; «Четыре стихии».
Январь	26	Закрепить навыки владения мячом в играх, передачи и ловле мяча, отбивании мяча. Продолжать упражняться простейшим парным взаимодействиям. Развивать координацию движений.	1	<u>Практика</u> Перебрасывание мяча партнеру через натянутый шнур (выше головы ребенка). Отбивание мяча о пол правой (левой) рукой с поворотом вокруг себя вправо, влево. Подвижные игры: «Чье звено соберется быстрее»; «Меткие стрелки»; «Скажи, какой цвет»; «Салют»; «Передал, садись».

Январь	27	Закреплять навыки владения мячом в играх, отбивании мяча. Продолжать обучать простейшим парным взаимодействиям Развивать быстроту, ориентировку в пространстве.	1	<u>Практика</u> Отбивание мяча о пол правой (левой) рукой с поворотом вокруг себя вправо, влево. Подвижные игры: «Чьё звено соберется быстрее»; «Светофор»; «Кто быстрее до флажка»; «10 передач»; «У кого меньше мячей»; «Сделай фигуру».
Январь	28	Закреплять стойку баскетболиста, технику ведения мяча в движении. Развивать быстроту реакции.	1	<u>Практика</u> Стойки баскетболиста, передвижение по площадке. Ведение мяча змейкой, между кеглями. Подвижные игры: «Найди свой цвет»; «Вышло солнце из-за реки»; «Светофор»; «Чьё звено соберется быстрее». «Лови, бросай, падать не давай»; «Съедобное, несъедобное».

Месяц	№ занятия	<i>Раздел «Обучение элементам игры в футбол» -13 часов</i>		
		<i>Задачи</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Содержание</i>
Январь	29	Познакомить детей с названием и особенностями игры в футбол. Познакомить детей с техникой безопасности и правилами игры в футбол.	1	<u>Теория</u> Беседа на тему: «Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире». Правила техники безопасности при работе с мячом. «Учимся играть в футбол» (о технике игры в футбол). Знакомство с техникой владения мяча (перемещение, ведение, удар, остановка, отбор). Изучение правил игры.
Январь	30	Продолжать обучать элементарному владению мячом; в этой тренировке – обучение технике ведения мяча ударами по нему.	1	<u>Практика</u> Передача мяча друг другу ногой. Подвижные игры: «Мяч в кругу»; «Пробеги с мячом».
Январь	31	Формировать умение детей элементарному владению мячом: обучение технике ведения мяча внутренней и внешней частями подъема. Дать представление о вбрасывании и ловли мяча. Воспитывать чувство мяча.	1	<u>Практика</u> Ведение мяча змейкой – 10 м. не теряя мяча. Удар по воротам. Метание набивного мяча из-за головы (1 кг/см). Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками после отскока. Бег с быстрыми остановками, поворотами, прыжками. Приставные, скрестные шаги прямо, дугами. Подвижные игры: «Вперед с мячом»; «Прокати мяч в ворота»; «Утки-охотники».
Январь	32	Продолжаем обучать элементарному владению мячом. Развивать координацию движений при выполнении легких ударов по подвешенному мячу; по неподвижному мячу.	1	<u>Практика</u> Удары ногой по подвешенному мячу. Удары по неподвижному мячу правой, левой ногой с одного-трех шагов. Удары по неподвижному мячу с разбега. Подвижные игры: «Футболист»; «Сильный удар»; «Вперед с мячом».

Февраль	33	Продолжать формировать умение элементарному владению мячом: ведение мяча разными способами. Познакомить с ударами по мячу ногой. Упражнять в приеме мяча внутренне и внешней стороны стопы.	1	<u>Практика</u> Прием катящегося мяча внутренней и внешней стороны стопы. Прием отскочившего от стены мяча подошвой, внешней и внутренней стороны стопы. Подвижные игры: «Подвижная цель»; «Сильный удар»; «Догони мяч»; «Брось, поймай». Игра в футбол.
Февраль	34	Развивать умение вести мяч правой и левой ногой прямо. Упражнять элементарным движениям с мячом: ведение мяча разными способами. Развивать координирующие способности, точность, выносливость.	1	<u>Практика</u> Ведение мяча правой и левой ногой по прямой линии. Ведение мяча толчками попеременно обеими ногами в медленном темпе. Перебрасывание мяча друг другу стоя с отскоком мяча от пола. Подвижные игры: «Проведи мяч»; «Кто быстрее до флажка»; «Солнышко»; «Мяч водящему». Игра в футбол.
Февраль	35	Упражнять детей вести мяч «змейкой» вокруг предметов; в перебрасывании мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя. Развивать умение вести мяч с изменением направления.	1	<u>Практика</u> Ведение мяча «змейкой» вокруг предметов. Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя. Ведение мяча с изменением направления. Игровое упражнение «Перенос трех мячей». Подвижные игры: «Мяч и веревка»; «Быстро мяч веди»; «Проведи мяч»; «Футбольный слалом». Игра в футбол.
Февраль	36	Продолжать обучать элементарному владению мячом. Осваиваем технику передач мяча и знакомим детей с техникой ударов головой.	1	<u>Практика</u> Перебрасывание мяча друг другу стоя на коленях. Ведение мяча с изменением скорости. Подвижные игры: «Пингвины с мячом»; «Ловишка в кругу»; «Ручейки и озера».
Февраль	37	Упражнять детей владеть мячом: контроль мяча в сочетании с защитой его от соперника. Улучшать координацию движений. Осваивать сочетание «ведение мяча и удар ногой по воротам».	1	<u>Практика</u> Перебрасывание мяча друг другу сидя, ноги врозь. Удары по воротам после ведения мяча. Игровое упражнение «Передал - садись». Подвижные игры: «Сделай фигуру»; «Шишки, желуди, орехи»; «Ловля оленей». Игра в футбол.
Февраль	38	Продолжать обучать элементарному владению мячом. Формировать умение выполнять передачи мяча в малых группах (из 2-х – 3-х игроков). Упражнять в беге прямо и спиной вперед. Развивать «чувство дистанции» между партнерами.	1	<u>Практика</u> Игровые упражнения: «Обратный поезд» - бег по прямой и спиной вперед; «Чей мяч дальше?» - удары по неподвижному мячу; «Ловкие ребята» - ведение мяча по прямой; «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. «Чей мяч дальше?» - удар по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега; «Ловкие ребята» - ведение мяча прямо; «Не выпускай мяч из круга» - дети быстро передают мяч ногой по кругу. Подвижные игры: «Подвижная цель»; «Олени»; «Задержи мяч». Игра в футбол.

Февраль	39	Продолжать знакомить детей с футболом. Продолжать обучать владению мячом: осваивать умение выполнять остановку мяча подъемом стопы, знакомим их с остановкой мяча бедром, грудью и головой.	1	<u>Практика</u> Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами. Игровое упражнение «Точный удар» - игра в парах: удар по неподвижному мячу, остановка мяча – игровая задача – не потерять мяч. Подвижная игра «Пустое место». Игра в футбол.
Февраль	40	Продолжать обучать владению мячом: осваивать ведение мяча внутренней частью подъема и остановку мяча внутренней стороной стопы. Упражнять технике бега.	1	<u>Практика</u> Ведение мяча прямо правой и левой ногой. Ведение мяча между ориентирами на скорость. Игровое упражнение «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно. Подвижные игры: «Блуждающий мяч»; «У ребят порядок строгий»; «Запомни и замри».
Март	41	Продолжаем обучать владению мячом: осваиваем ведение мяча внутренней частью подъема и ударам по мячу средней частью подъема. Развивать координационные способности детей. Упражнять в технике остановке мяча внутренней стороной стопы. Развивать умение выполнять связку «ведение и удар внутренней стороной стопы».	1	<u>Практика</u> Техника владения мячом (перекаты мяча в движении). Удары по воротам. Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Передача мяча ногой по кругу. Передача мяча друг другу, стоя на месте. Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях. Игровые упражнения: «Светофор»; «Вокруг Света» - удар мяча о стену и обратно; «Не выпускать мяч из круга»; «Кто больше отобьет» - удар мяча о стену и обратно; «Ловкие ребята». Подвижные игры: «Волк и олени»; «Меткий стрелок».

Месяц	№ занятия	<i>Раздел «Обучение элементам игры в пионербол» -14 часов</i>		
		<i>Задачи</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Содержание</i>
Март	42	Познакомить детей с игрой в пионербол; с правилами игры.	1	<u>Теория</u> Знакомство с историей игры в пионербол. Правила техники безопасности при работе с мячом. Изучение правил игры.
Март	43	Упражнять детей бросать мяч вверх, об пол и ловить его двумя руками, перебрасывать мяч через волейбольную сетку.	1	<u>Практика</u> Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (не менее 20 раз). Бросание мяч об пол и ловить его двумя руками (не менее 10-12 раз). Перебрасывать мяч через сетку, натянутую выше головы ребенка. Подвижные игры: «Вызов по имени»; «Брось дальше»; «Кого назвали, тот и ловит»; «Мяч в кругу».

Март	44	Закреплять выполнение основных видов движений осознанно, быстро и ловко. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча одной рукой, бросать его в цель. Закреплять умения перебрасывать и ловить мяч из разных положений и различными способами в парах, перебрасывать мяч через сетку.	1	<u>Практика</u> Подбрасывание и ловля мяча одной рукой. Броски мяча в горизонтальную цель. Бросание мяча друг другу в разных положениях: стоя лицом и спиной, стоя на коленях, сидя «постурецки», лежа. Передача мяча по кругу вправо, влево (определенным способом). Подвижные игры: «Поймай мяч»; «Десять передач»; «Ловкая пара»; «Ловишка в кругу».
Март	45	Развивать умение бросать мяч в стенку и ловить его с отскоком от пола. Упражнять в перебрасывании мяча в парах двумя руками от груди. Развивать глазомер.	1	<u>Практика</u> Броски и ловля мяча от стены с разными заданиями: с отскоком от пола, с поворотом кругом, с перепрыгиванием через отскочивший мяч. Броски и ловля мяча через сетку несколькими игроками с передачей друг другу. Перебрасывание мяча в парах двумя руками от груди. Подвижные игры: «Гонка мячей»; «У кого больше мячей».
Март	46	Упражнять детей правильно принимать положение стойки. Формировать умение перемещаться по площадке.	1	<u>Практика</u> Из среднего положения перейти в высокое, затем в низкое. В среднем положении стойки переместиться вперед, назад, в стороны (приставным шагом). Тоже, перемещение бегом, скачком. Подвижные игры: «Пятнашки» (в средней стойке в пределах волейбольной площадки); «Мельница»; «Удочка» ⁴ «Чехарда».
Март	47	Обучать технике ловли и удержания мяча.	1	<u>Практика</u> Броски мяча вверх, вниз перед собой и ловля его двумя руками. Перебрасывание мяча партнеру удобным для ребенка способом сверху, снизу. Бросание мяча вверх с ударом мяча об пол, вверх с хлопком и ловлей его двумя руками. Бросание мяча о стену и ловля его после отскока. Подвижные игры: «Стоп»; «Ловишки с мячом»; «Вышибалы»; «Передал - садись».
Март	48	Упражнять технике передачи мяча партнеру.	1	<u>Практика</u> Передача мяча двумя руками с увеличением расстояния между партнерами (снизу, сверху, от груди). Передача мячей разного диаметра по кругу с поворотом (разными способами). Передача мяча двумя руками, стоя колонной с поворотом туловища по направлению мяча. Подвижные игры: «Подвижная цель»; «Борьба за мяч».

Апрель	49	Упражнять в технике перебрасывания мяча через сетку. Обучать блокировке. Совершенствовать движения с мячом в перебрасывании через сетку.	1	<u>Практика</u> Перебрасывание мяча через сетку высота на уровне груди ребенка с постепенным повышением ее до уровня 120-150см. Перебрасывание мяча через сетку в обозначенное место и вдаль разными способами. Перебрасывание мяча в паре через сетку с увеличением расстояния, так чтобы для ловли мяча необходимо было подпрыгнуть, подбежать или отбежать назад. Перебрасывание мяча через сетку от плеча двумя и одной рукой. Подвижные игры: «Вызов номеров»; «Догони мяч». Игра в пионербол.
Апрель	50	Упражнять детей бросать мяч через сетку с перемещением по зонам. Закреплять навык в прыжках с мячом вверх.	1	<u>Практика</u> Бросок мяча через сетку с перемещением по «зонам». Прыжки вверх с броском мяча, отбивание мяча о пол. Подвижные игры: «Займи свободный кружок»; «А ну-ка отними». Игра в пионербол.
Апрель	51	Упражнять в ловле и отбивании мяча с хлопками, с поворотами, в движении. Закреплять основные виды движений в эстафетах с мячом. Формировать навык понимать цель эстафет.	1	<u>Практика</u> Упражнения в ловле и отбивании мяча с хлопками, с поворотами, в движении. Игры-эстафеты с мячом. Игра в пионербол.
Апрель	52	Упражнять в метании в вертикальную и горизонтальную цель. Совершенствовать приобретенные навыки упражнений.	1	<u>Практика</u> Парные упражнения в подаче и блокировании мяча «У кого меньше мячей», точной ловле и отбивании о стену. Упражнения в метании в вертикальную и горизонтальную цель. Игровое упражнение «Быстро возьми – быстро положи». Игра в пионербол.
Апрель	53	Упражнять в разных способах подами и приема мяча. Воспитывать чувство мяча. Доставить детям радость физической самореализации.	1	<u>Практика</u> Упражнения в разных способах подачи и приема мяча, в перемещении по площадке. Игра в пионербол.
Апрель	54	Упражнять в прыжках с передачей мяча, в сильной подаче и точной ловле мяча. Закреплять умение в строевых упражнениях. Формировать умение в прыжках через короткую скакалку.	1	<u>Практика</u> Упражнения в прыжках с передачей мяча, в сильной подаче и точной ловле мяча. Строевые упражнения и команды «Вызов номеров». Прыжки через скакалку «Веселая скакалка». Игра в пионербол.
Апрель	55	Закреплять умения в игре. Развивать выносливость, ловкость, быстроту. Совершенствовать броски и ловлю мяча двумя руками.	1	<u>Практика</u> Игровое упражнение «Кто первый». Подвижные игры: «Подвижная цель»; «Мяч водящему»; «Ловишка с мячом»; «Гонка мячей по кругу». Игра в пионербол.
Апрель	56	Мониторинг освоения программы.	1	<u>Практика</u> 1.Выполнение тестов (см. приложение 1).

ФОРМЫ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ

Результаты развития этих умений и навыков отслеживаются по мониторингу 2 раза в год. Мониторинг достижений промежуточных (итоговых) планируемых результатов проводится 2 раза в год в форме игрового тестирования либо опросов (освоение знаний). Данные формы могут быть индивидуальными или групповыми.

Периодичность мониторинга обеспечивает возможность оценки динамики достижений детей, сбалансированности педагогических методов. Содержание мониторинга тесно связано с образовательными задачами обучения и воспитания детей.

Получаемая в ходе мониторинга информация, является основанием для прогнозирования деятельности.

Сроки проведения мониторинга: октябрь, апрель.

Диагностические материалы представлены в приложении № 1.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Шалаева Г.П. «Большая книга о спорте».- Москва «АСТ-СЛОВО», 2010г.
2. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду». - Москва «Просвещение», 1992 г.
3. Литвинова О.М. «Спортивные упражнения и игры в детском саду». – Ростов – на - Дону «Феникс», 2010 г.
4. Николаева Н.И., «Школа мяча». Санкт-Петербург «Детство-Пресс», 2012г.
5. Адашкявичене Э.Й., «Баскетбол для дошкольников» - Москва «Просвещение», 1983 г.
6. Пензулаева Л. «Подвижные игры и упражнения для детей 5-7 лет», Санкт-Петербург «Владос», 2012 г
7. Степанова Э.Я «Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет», Москва «Мозаика-Синтез», 2012 г.
8. Тарасова Т.А. «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста», Москва Творческий центр «Сфера», 2005г.
9. Анисимова Т.Г., Е.Б.Савинова «Физическое развитие детей 5-7 лет», Волгоград «Учитель», 2009г

Приложение №1

Мониторинг физического развития

Дата рождения _____

ФИО _____

Дата тестирования	Результаты											
	10м с поворотом (сек)		Ловкость при подбрасывании и ловле мяча (раз)		Ловкость, скорость реакции, устойчивость позы при отбивании мяча от пола (раз)		Прыжок в длину с места (см)		Броски мяча в корзину (раз)		Подъем туловища из положения, лежа на спине (раз)	
	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.	Н.Г.	К.Г.

Тест 1

Цель: оценить ловкость по результатам бега на дистанцию 10м.

Ребенок должен пробежать дистанцию 10м с поворотом (5+%м) и по прямой. Ему следует дать две попытки с перерывом для отдыха между ними. Для повышения интереса и результативности действий задание лучше проводить в условиях соревнования.

Тест 2

Цель: определить ловкость при подбрасывании и ловле мяча.

Ребенок принимает и.п. (ноги на ширине плеч) и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 15-20см как можно большее количество раз. Из двух попыток фиксируется лучший результат.

Тест 3

Цель: определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места.

Ребенок встает у линии старта, отталкивается двумя ногами, делая интенсивный взмах руками, и прыгает на максимальное расстояние. Измеряется расстояние от линии старта до пятки «ближней ноги» с точностью до 1 см. Делаются две попытки, засчитывается лучшая из них.

Тест 4

Цель: оценить ловкость, скорость реакции, устойчивость позы при отбивании мяча от пола.

Ребенок стоит в и.п. (ноги на ширине плеч) и одной рукой отбивает мяч от пола максимальное количество раз (руки можно чередовать). При выполнении задания не разрешается сходить с места. Из двух попыток засчитывается лучший результат.

Тест 5

Цель: измерить глазомер ребенка.

Броски выполняются со штрафной линии. Фиксируется количество попаданий из 20 бросков.

Тест 6

Цель: определить силовую выносливость при подъеме туловища из положения, лежа на спине.

Ребенок лежит на гимнастическом мате, скрестив руки на груди. По команде «Начали» ребенок поднимается, не сгибая колен, садится и вновь ложится. Тест считается правильно выполненным, если ребенок при подъеме не коснулся локтями мата, а спина и колени оставались прямыми. Из двух попыток засчитывается лучший результат.