

СОДЕРЖАНИЕ

|  |  |
| --- | --- |
| **РАЗДЕЛ I. Целевой** |  |
| 1.1. Пояснительная записка | 3 |
| 1.2. Цели и задачи реализации Программы | 3 |
| 1.3. Принципы и подходы к формированию Программы | 4 |
| 1.4. Характеристики значимые для разработки и реализации Программы | 5 |
| 1.5. Планируемые результаты реализации Программы | 6 |
| 1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов | 6 |
| **РАЗДЕЛ II. Содержательный** |  |
| 2.1. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательным областям | 7 |
| 2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлением развития ребенка, представленным в образовательной области «Физическое развитие» | 7 |
| 2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы | 9 |
| 2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик | 9 |
| 2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы | 10 |
| 2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся | 10 |
| **РАЗДЕЛ III. Организационный** |  |
| 3.1. Психолого-педагогические условия реализации Программы | 11 |
| 3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды | 11 |
| 3.3. Материально-техническое обеспечение образовательной Программы | 12 |
| 3.4. Методическое обеспечение реализации программы | 13 |
| 3.5. Кадровые условия реализации Программы | 13 |
| 3.6. Режим / Занятия | 13 |
| 3.7. Календарно-тематический план | 13 |
| 3.7.1. Приложение | 17 |
| **РАЗДЕЛ IV. Дополнительный раздел Программы** |  |
| 4.1. Краткая презентация Программы | 24 |

1. **Целевой раздел**
   1. **Пояснительная записка**

Образовательная программа углубляет образовательную область «Физическое развитие» в Образовательной программе дошкольного образования МБДОУ д/с № 6 и реализуется в части, формируемой участниками образовательных отношений. Программа разработана в соответствии со следующими документами:

* Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264);
* Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);

Нормативно-правовой основой для разработки Программы являются следующие нормативно-правовые документы:

* Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
* Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования   
  к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);
* Приказ МО РФ и МЗ РФ Государственного комитета РФ по физической культуре и спорту, РАО N2715/227/166/19 от 16.07.2002 г. «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях РФ»;

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности, обеспечивает совершенствование развития физических качеств и способностей у воспитанников, предусматривает разнообразную деятельность с мячами различного размера и качества в соответствии с интересами и потребностями детей, с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Систематические игры и упражнения с мячом развивают координацию движений, укрепляют мышцы плечевого пояса, мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера и меткости. Игры с мячами различного веса и объёма увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей рук; при ловле и бросании мяча ребёнок действует обеими руками – это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы. В играх, которые проводятся в парах, в команде, ребенок учится слаженно работать с партнёрами. Особое место занимают игры соревнования, эстафеты с мячом, которые развивают чувство ответственности, умение выигрывать и достойно проигрывать. Игры с мячом активизируют не только двигательную, психическую деятельность детей, но и умственную (способствуют быстрому восстановлению умственной работоспособности). Упражнения с мячом способствуют развитию сенсорики, движений кистей, пальцев рук, что активизирует кору головного мозга в целом и речевые центры в частности.

**1.2. Цели и задачи реализации Программы**

**Цель**: развитие физических качеств и двигательного опыта детей за счет усвоения разнообразных действий с мячом.

**Задачи**:

* способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей;
* познакомить детей с элементарными правилами спортивных игр: волейбол, футбол, баскетбол;
* формировать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину и умение применять их в игровой ситуации;
* формировать навыки ведения мяча ногами, передаче и ударам по воротам и умение применять их в игровой ситуации;
* развивать у детей умение владения мячом на достаточно высоком уровне, меткость, глазомер, самостоятельность, творчество в двигательной деятельности;
* воспитывать внимание, способность ориентироваться в пространстве, умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями других детей;
* воспитывать умение подчинять свою деятельность поставленной цели;
* формировать у детей устойчивый интерес к занятиям физической культурой.

**1.3. Принципы и подходы к формированию Программы**

Принципы:

1. построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
2. признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
3. поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
4. возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
5. содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);
6. реализация Программы в формах специфичных для детей данной возрастной группы, прежде всего, в форме игры, двигательной активности, обеспечивающей физическое развитие ребенка.

Подходы:

1. Возрастной подход(Д.Б. Эльконин). Основная идея: ФГОС ДО опираются на возрастную периодизацию с их спецификой развития на каждом этапе.

Принцип ведущего типа деятельности - заключается в создании условий для полноценного развития: общения, предметной деятельности и игры.

Принцип психологического новообразования – означает в появлении качественных особенностей психики, которые впервые появляются в определенный возрастной период и определяют сознание ребенка, его отношение к среде, к внутренней и внешней жизни.

Принцип социальной ситуации развития позволяет включать систему отношений ребенка, различные уровни социального взаимодействия, различные типы и формы деятельности.

1. Деятельностный подход(А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, А.В. Запорожец, П.Я. Гальперин, В.В. Давыдов). Основная идея: ребенок развивается только в развивающейся деятельности.

Принцип «субъектности деятельности» - заключается в том, что ребенок выстраивает деятельность самостоятельно: ставит задачу, ищет способы и средства достижения цели и т.п.

Принцип вариативности- предполагает формирование способностей ребенка к отбору вариантов и адекватному принятию решений в ситуации выбора.

Принцип психологической комфортности– заключается в создании доброжелательной атмосферы; развитии диалоговых форм общения.

Принцип минимакса – возможность освоения ребенком содержания образования на максимальном для него уровне (определяемом зоной ближайшего развития возрастной группы) и обеспечить при этом его усвоение на уровне социально безопасного минимума (государственного стандарта).

1. Культурно-исторический подход(Л.С. Выготский) обучению отводится ведущая роль по сравнению с процессом развития ребенка. Основные идеи:

* обучение состоит в том, что ребенок-дошкольник способен учиться «по программе взрослого» лишь в той степени, насколько эта программа становится его собственной, что возможно через создание «зоны ближайшего развития», опирающейся на потенциальные возможности ребенка, которые раскрываются и присваиваются в его совместной со взрослым деятельности;
* роль взрослого меняется в зависимости от возраста детей и, от предлагаемого детям содержания. По отношению к детям старшего дошкольного возраста, влияние взрослого носит преимущественно опосредованный характер.

Опосредованное влияние осуществляется двумя основными путями:

* через организацию обучающегося детского сообщества (В.В. Рубцов, А.Г. Асмолов), которое позволяет каждому ребенку чувствовать себя умелым, знающим, способным за счет того, что он имеет постоянную возможность обратиться за необходимой помощью к другим детям или ко взрослому. Это снимает у детей излишнюю тревожность и формирует у ребенка чувство самодостаточности и определенной независимости, без чего невозможно говорить о полноценном личностном развитии ребенка;
* через использование специально отобранных взрослым развивающих объектов для самостоятельной деятельности

**1.4. Характеристики значимые для разработки и реализации Программы**

Образовательный процесс в ДОУ организуется с учетом культурных и климатических условий. В непосредственной близости от детского сада находятся: стадион «Труд», футбольное поле, баскетбольная площадка, спортивная площадка МБОУ «СОШ №161».

При реализации Программы учитываются климатические условиярегиона: резко континентальный климат, короткий световой день, длительная и морозная зима с низкими температурами. На основании требований СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию, организации режима работы в дошкольных организациях» № 28564 от 29.05.2013 г. В целом образовательный процесс составляется в соответствии с двумя периодами: холодный период (сентябрь-май), теплый период (июнь-август).

Особенности развития детей старшего дошкольного возраста: седьмой год жизни — продолжение очень важного целостного периода в развитии детей, который начинается в пять лет и завершается к семи годам. На седьмом году продолжается становление новых психических образований, появившихся в пять лет. Вместе с тем дальнейшее развертывание этих образований создает психологические условия для появления новых линий и направлений развития. В шестилетнем возрасте идет процесс активного созревания организма. Вес ребенка увеличивается в месяц на 200 граммов, рост на 0,5 см, изменяются пропорции тела. В среднем рост 7-летних детей равен 113—122 см, средний вес — 21—25 кг. Области мозга сформированы почти как у взрослого. Хорошо развита двигательная сфера. Продолжаются процессы окостенения, но изгибы позвоночника еще неустойчивы. Идет развитие крупной и особенно мелкой мускулатуры. Интенсивно развивается координация мышц кисти. Общее физическое развитие тесно связано с развитием тонкой моторики ребенка. Тренировка пальцев рук является средством повышения интеллекта ребенка, развитие речи и подготовки к письму.

**1.5. Планируемые результаты освоения Программы**

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного возраста и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому планируемые результаты освоения Программы представляют собой характеристики возможных достижений ребёнка:

* ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр с мячом, может контролировать свои движения и управлять ими;
* ребёнок выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки и метание);
* ребёнок умеет перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно, через сетку;
* ребёнок может бросать мяч вверх, о пол, ловить его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, с поворотами;
* ребёнок легко отбивает мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении, перебрасывает набивные мячи;
* ребёнок владеет метанием на дальность (6-12 м) левой и правой рукой; метанием в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя); метанием в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м);
* ребёнок освоил элементы спортивных игр:
* баскетбол: умеет передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча), умеет перебрасывать мяч друг другу двумя, руками от груди в движении, умеет ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.). Ребенок умеет с разных сторон, забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, умеет вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь по сигналу и левой ногой, стоя на месте умеет вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота;
* пионербол: умеет производить подачу из-за лицевой линии, умеет выполнять бросок через сетку из разных частей площадки, способен выполнять игровые действия в команде, правильно реагирует на свисток и жесты судьи.
* футбол: умеет передавать мяча друг другу, отбивать его правой и левой ногой, стоя на месте; вести мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяча в ворота, играть по упрощенным правилам.

### ****1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.****

Метод диагностики: тестовые задания на выявление уровня владения мячом. Мониторинг осуществляется 2 раза в год (вводный – в сентябре, итоговый – в мае).  
Критерии оценки выполнения:

3 балла – правильное выполнение движений, навык сформирован и автоматизирован;

2 балла – неправильное выполнение после третьего движения, есть отдельные изолированные движения, но навык не автоматизирован;

1 балл – ребёнок не может выполнить задание уже на втором движении;  
0 баллов – отказ от выполнения движения.

**Уровни усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом**

Низкий:

- допускает ошибки в основных упражнениях с мячом;

- слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке.

Средний:

- технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом, проявляет усилия, активность и интерес;

- способен оценить движения с мячом других детей, упорен в достижении своей цели;

- может придумать и выполнить несложные действия с мячом.

Высокий:

- технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет все упражнения с мячом;

- правильно оценивает движения с мячом других детей;

- проявляет элементы творчества в работе с мячом;

- самостоятельно составляет простые варианты упражнений с мячом.

**Диагностика по определению уровня усвоения программы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. ребенка | Тест № 1 | | | | Тест № 2 | | | | Тест № 3 | | | | Тест № 4 | | | | Тест № 5 | | Тест № 6 | | | | Тест № 7 | | Тест № 8 | | Сумма балов \  Уровень | |
| *дата* | ***с*** | ***с*** | ***м*** | ***м*** | ***с*** | ***с*** | ***м*** | ***м*** | ***с*** | ***с*** | ***м*** | ***м*** | ***с*** | ***с*** | ***м*** | ***м*** | ***с*** | ***м*** | ***с*** | ***с*** | ***м*** | ***м*** | ***с*** | ***м*** | ***с*** | ***м*** | ***с*** | ***м*** |
|  | **п** | **л** | **п** | **л** | **п** | **л** | **п** | **л** | **п** | **л** | **п** | **л** | **п** | **л** | **п** | **л** | **п** | **л** | **п** | **л** | **п** | **л** | **п** | **л** | **п** | **л** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

*Условные обозначения:*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***с*** | сентябрь | **п** | тест правой рукой |
| ***м*** | май | **л** | тест левой рукой |

Тест № 1 – отбивание мяча правой, левой рукой на месте (не менее 5 раз)

Тест № 2 – ведение мяча правой, левой рукой (не менее 3 м.)

Тест № 3 – бросание мяча о стену и ловля его правой, левой рукой (не менее 5 раз)

Тест № 4 – подбрасывание и ловля малого мяча правой, левой рукой (не менее 8 раз)

Тест № 5 – перебрасывание мяча в парах (элемент волейбола)

Тест № 6 – метание мяча правой, левой рукой вдаль (6-12м.)

Тест № 7 – забрасывание мяча в баскетбольную корзину (элемент баскетбола)

Тест № 8 – перебрасывание мяча через сетку (элемент пионербола)

1. **Содержательный раздел образовательной программы**

### ****2.1.**** Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательным областям.

### **2.1.1. Описание образовательной деятельности** в соответствии с направлениями развития ребенка, представленным в образовательной области «Физическое развитие»

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

* обогащать двигательный опыт детей через освоение детьми техники владения мячом; развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения с мячом;
* развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
* поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;
* воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
* формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
* сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности;

Содержание образовательной деятельности.

Основные движения:

* бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

1. Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.
2. Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.
3. Элементы пионербола: производить подачу из-за лицевой линии, выполнять бросок через сетку из разных частей площадки, способность выполнять игровые действия в команде, правильно реагировать на свисток и жесты судьи.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы учить детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживать стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности, организовывать и придумывать подвижные игры, упражнения с мячом, комбинировать их элементы, импровизировать. Справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждать проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности.

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

При выборе методов воспитания и обучения, учитываются возрастные и личностные особенности детей, педагогический потенциал каждого метода, условия его применения, реализуемые цели и задачи, прогнозируются возможные результаты. Для решения задач воспитания и обучения используется комплекс форм и методов.

Формы работы:

* индивидуальная (каждый ребенок выполняет задания с мячом);
* групповая (каждая группа выполняет определенное задание);
* коллективная (в процессе подготовки и выполнения дети работают все вместе, не разделяя обязанностей).

Для достижения задач программы используются следующие методы:

* организации опыта деятельности (упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы);
* мотивации опыта поведения и деятельности (поощрение, игра, соревнования).
* словесные: беседы об истории и правилах спортивных игр с мячом;
* наглядные: показ упражнения с объяснением техники его выполнения; использование схематичных изображений - алгоритмов выполнения упражнений; демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах игры и т.д., просмотр мультфильмов на спортивную тематику, видеороликов;
* практические: освоение детьми техники игры в пионербол, баскетбол, мини - футбол, волейбол, состоящей из двух видов действий: движения, которые выполняются без мяча или с мячом в руках без передачи его партнёру (стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения).

Средства, используемые для развития двигательной деятельности детей:

* мячи разного веса и диаметра (мячи резиновые, баскетбольные, футбольные, волейбольные),
* оборудование для занятий с мячом; волейбольная сетка, кольцо баскетбольное, конусы-ориентиры, футбольные ворота (малые), мячи-прыгуны.

**2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.**

Время проведения занятий, их продолжительность, длительность перерывов, суммарная образовательная нагрузка для детей дошкольного возраста определяются СанПиН 1.2.3685-21. Введение термина «занятие» не означает регламентацию процесса. Термин фиксирует форму организации образовательной деятельности.

Организуется совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, выбирается один или несколько вариантов совместной деятельности:

* совместная деятельность педагога с ребёнком, где, взаимодействуя с ребёнком, он выполняет функции педагога: обучает ребёнка чему-то новому;
* совместная деятельность ребёнка с педагогом, при которой ребёнок и педагог - равноправные партнеры;
* совместная деятельность группы детей под руководством педагога, который на правах участника деятельности на всех этапах её выполнения (от планирования до завершения) направляет совместную деятельность группы детей;
* совместная деятельность детей со сверстниками без участия педагога, но по его заданию. Педагог в этой ситуации не является участником деятельности, но выступает в роли её организатора, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей;

Игра выступает как форма организации деятельности детей; метод или прием обучения; средство самообучения, саморегуляции.

Обучение состоит из трёх этапов: начального, углубленного разучивания и совершенствования двигательных умений и навыков.

Этап начального обучения: дети учатся простейшим действиям с мячом для развития координации движений, развивают умение следить за траекторией полёта мяча, вырабатывают быструю ответную реакцию на летящий мяч.

Этап углубленного разучивания: дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом; их действия принимают направленный и осознанный характер. Этап характеризуется уточнением и совершенствованием техники выполнения.

Этап закрепления и совершенствования двигательных знаний и навыков: закрепления полученных знаний, умений и навыков владения мячом в спортивных играх и эстафетах.

Обучающие занятия имеют традиционную структуру и состоят из трёх частей:

* 1 часть (вводная) включает в себя различные виды ходьбы и бега или комплекс ритмической гимнастики.
* 2 часть (основная) состоит из комплекса ОРУ с разными видами мячей, упражнения для кистей рук с мелкими предметами, ОВД с мячами, подвижных игр и дыхательных упражнений.
* 3 часть (заключительная) включает в себя игры малой подвижности, релаксацию.

Специально организованные занятия проводятся в виде эстафет; круговой тренировки; тематические; занятия – встречи «Игра со спортсменом» и т.д.

**2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы**

Для поддержки детской инициативы создаются следующие условия:

* организовать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребёнка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности;
* поощрять проявление детской инициативы, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;
* поощрять и поддерживать желание детей получить результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребёнку, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;
* поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребёнка.

**2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

Построение взаимодействия с родителями (законными представителями) придерживается следующих принципов:

* открытость: для родителей (законных представителей) доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребёнка в ДОО; каждому из родителей (законных представителей) предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребёнка в ДОО и семье;
* взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагог придерживается этики и культурных правил общения, проявляет позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); этично и разумно использует полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;
* индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии учитываются особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребёнка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям.

Деятельность по построению взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся осуществляется по нескольким направлениям:

* просветительское направление предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам особенностей психофизиологического развития детей старшего дошкольного возраста; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей; информирование об особенностях реализуемой образовательной программы; содержании и методах образовательной работы с детьми;
* консультационное направление объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах физического развития ребёнка. Информирование о факторах, положительно влияющих на развитие двигательной активности ребенка; об актуальных задачах физического воспитания детей, а также о возможностях ДОО и семьи в решении данных задач. Знакомство родителей (законных представителей) со спортивными мероприятиями, проводимыми в ДОО;

Просветительское и консультационное направления реализуются через групповые родительские собрания, семинары-практикумы, консультации, педагогические гостиные, и другое; информационные стенды, ширмы, папки- передвижки для родителей (законных представителей); сайты ДОО и социальные группы в сети Интернет; фотографии, репортажи. Включают также и досуговую форму - семейные спортивные и тематические мероприятия.

1. **Организационный раздел**

**3.1.** **Психолого-педагогические условия реализации Программы**

Успешная реализация Программы обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

* + 1. признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
    2. учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);
    3. построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
    4. индивидуализация образования (в том числе поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга).

**3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Развивающая предметно-пространственная среда (далее РППС) рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. Включает организованное пространство (спортивный зал, спортивная площадка на улице, спортивные площадки, находящиеся возле ДОО: баскетбольная, футбольная), материалы, оборудование, электронные образовательные ресурсы и средства обучения и воспитания, охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста. РППС создает возможности для учёта особенностей, возможностей и интересов детей. В соответствии с ФГОС ДО РППС: содержательно-насыщенная; трансформируемая; полифункциональная; доступная; безопасная.

С учётом возможности реализации Программы РППС соответствует:

* материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в ДОО;
* возрастным особенностям детей;
* воспитывающему характеру обучения детей в ДОО;
* требованиям безопасности и надежности.

Образовательное пространство оснащено средствами образования и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях.

**3.3. Материально-техническое обеспечение Программы**

В ДОО созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

* 1. возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения Программы;
  2. выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов, содержащихся в СП 2.4.3648-20, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утверждённых постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. №32 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 11 ноября 2020 г., регистрационный № 60833), действующим до 1 января 2027 года (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20), СанПиН 1.2.3685-21:
* к условиям размещения организаций, осуществляющих образовательную деятельность;
* оборудованию и содержанию территории;
* помещениям, их оборудованию и содержанию;
* естественному и искусственному освещению помещений;
* отоплению и вентиляции;
* водоснабжению и канализации;
* организации режима дня;
* организации физического воспитания;
  1. выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электробезопасности;
  2. выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО.

ДОО оснащена набором оборудования для реализации Программы в спортивном зале и на спортивной площадке.

|  |  |
| --- | --- |
| Модули для хранения спортинвентаря | 6 |
| *Оборудование для развития скоростно-силовых способностей, ловкости, координации* | |
| Щит баскетбольный | 4 |
| Щит для метания | 2 |
| *Инвентарь для развития скоростно-силовых способностей, ловкости, координации* | |
| Сетка волейбольная | 1 |
| Мяч резиновый (d 8-10 см) | 12 |
| Мяч резиновый (d 14 см) | 20 |
| Мяч резиновый (d 18 см) | 20 |
| Мяч баскетбольный | 3 |
| Мяч волейбольный | 3 |
| *Спортивная площадка* | |
| Баскетбольные стойки | 2 |
| Волейбольные стойки | 2 |
| Сетка волейбольная | 1 |

* 1. **Методическое обеспечение реализации Программы**

М.Д. Маханева, Воспитание здорового ребенка. М.,Аркти, 1997.

Л.И. Пензулаева, Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа – М.: Мозаика-Синтез, 2010.

Е.Ю.Алексанрова, Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. Волгоград, 2007.

Е.Н*.* Вавилова, Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать. М., 1983

Н.И. Николаева, Школа мяча. Издательство «Детство-Пресс», 2008*.*

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

«Техника безопасности на уроках физкультуры», М., СпортАкадемпресс, 2001

* 1. **Кадровые условия реализации Программы**

Уровень квалификации лиц, осуществляющих занятия по физической культуре, соответствует требованиям, определенным Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих (раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта»), утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н.

Инструктор по физической культуре имеет профессиональное образование не ниже среднего или высшее профессиональное образования без предъявления требований к стажу работы по специальности. Кадровое обеспечение предполагает наличие системы повышения квалификации.

* 1. **Режим занятий**

Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Длительность занятий для детей 6-7 лет – 30 мин.

* 1. **Календарно-тематический план**

Календарно-тематическое планирование для детей 6 - 7 лет

СЕНТЯБРЬ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Задачи | Занятие 1 | Занятие 2 |
| 1. Углубить представление детей о спортивных играх с мячом.  2. Познакомить с историей возникновения мяча.  3. Развивать ориентировку в пространстве, умение участвовать в командной игре. | 1. Беседа «Спортивные игры с мячом».  2. Знакомство с историей возникновения мяча.  Д/и «Что это за мяч?»  3. Обучение правилам игры:  «Горячая картошка», «Круг выжигала» | Диагностика |
|  | Занятие 3 | Занятие 4 |
| 1. Учить детей метать мяч в горизонтальную цель; вдаль с нескольких шагов. 2. Развивать глазомер, двигательную активность детей. 3. Воспитывать желание заниматься спортом. | 1 часть: ходьба широким и мелким шагом. Бег с изменением темпа. Ходьба.  2 часть: ОРУ с массажным мячом. Упр-е для кистей рук с попрыгунчиком. ОВД 1.Катание мяча в заданном направлении. 2.Метание малого мяча в горизонт. цель правой левой рукой с R 4-5 м. П/И «Горизонтальная мишень». П/И «Точный удар». Дыхательное упражнение «Носик балуется». 3 часть: релаксация «Пляж». | 1 часть: ходьба с высоким подниманием колен, с перекатом с пятки на носок. Бег мелким и широким шагом. Ходьба. 2 часть: ОРУ с большим мячом. Упр-е для кистей рук с мячиком для пинг-понга. ОВД 1.Метание вдаль малого мяча с нескольких шагов. 2.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. П/И «Попади и поймай». П/И «Мяч навстречу мячу». Дыхательные упражнения: «Смешинка», «Шарик лопнул». 3 часть: релаксация «Волшебный сон» |

ОКТЯБРЬ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Задачи | Занятие 1-2 | Занятие 3-4 |
| 1.Учить детей метать мяч в цель из разных исходных положений. 2.Развивать физические качества (быстроту, ловкость, выносливость). 3.Воспитывать красоту, грациозность движений. | 1 часть: ходьба приставным шагом вправо и влево. Боковой галоп. Ходьба. 2 часть: ОРУ с малым резиновым мячом. Упр-е для кистей рук с брусочком. ОВД 1.Метание в цель из разных исходных положений: стоя на коленях, сидя, лёжа. 2.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. П/И «Не упусти мяч». П/И «Догони мяч». Дых. упр-я «Подуй на листик», «Летят мячи». 3 часть: релаксация «Змейки греются на солнышке»  «Опавшие листья» | 1 часть: ритмическая гимнастика «Дождя не боимся». 2 часть: ОРУ с надувным мячом. Упр-е для кистей рук с пластмассовым массажным мячиком. ОВД 1.Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой. 2.Прыжки с зажатым между коленями мячом. П/И «Закати мяч». П/И «Выстрели мячом». Дых. упр-я «Ветер и листья». 3 часть: релаксация «Ковёр – самолёт» |

НОЯБРЬ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Задачи | Занятие 1-2 | Занятие 3-4 |
| 1.Учить метать мяч правой и левой рукой, отбивать мяч о пол, двигаясь «змейкой». 2.Развивать глазомер, учить принимать правильную стойку при забрасывании мяча в корзину. 3.Воспитывать стремление детей объединяться в команды для подвижных игр по собственному предпочтению. | 1 часть: ходьба с высоким подниманием колен. Бег «змейкой» поперёк зала. Ходьба. 2 часть: ОРУ с малым пластмассовым мячом. Упр-е для кистей рук со шнурком. ОВД 1.Метание вдаль мяча с R6-12 м. 2.Отбивание мяча о пол, двигаясь «змейкой» между предметами. П/И «Ловишки с мячом». П/И «Не задень мяч». Дых. упр-я «Каша кипит», «Ветер дует». 3 часть: релаксация «Аромапалочка», «Каждый спит» | 1 часть: ритмическая гимнастика 2 часть: ОРУ с фитболом. Упр-е для кистей рук с карандашом. ОВД 1.Бросание мяча от груди, через голову. 2.Забрасывание мяча в баскетбольную корзину. П/И «Стоп». П/И «Гонка мячей по кругу». Дых. упр-я «Лесной воздух», «Маятник». 3 часть: релаксация «Тёплая ванна» |

ДЕКАБРЬ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Задачи | Занятие 1-2 | Занятие 3-4 |
| 1.Учить детей выполнять движения под ритмичную музыку. 2.Продолжать учить подбрасывать мяч и ловить его с поворотом кругом. 3.Развивать двигательную активность детей. 4.Воспитывать чувство товарищества. | 1 часть: ходьба спиной вперёд, с заданием для рук. Бег с захлёстыванием голени. Ходьба. 2 часть: ОРУ со средним мячом. Упр-е для кистей рук с попрыгунчиком. ОВД 1.Бросание мяча друг другу и ловля его с поворотом кругом. 2.Отбивание мяча о пол двумя руками, продвигаясь вперёд бегом. П/И «Мяч по кочкам». П/И «Играй, играй, мяч не теряй». Дых. упр-я «На турнике», «Подуй на снежинку». 3 часть: релаксация «Звери спят, птицы спят», «Колыбельная» | 1 часть: ритмическая гимнастика «Звёзды Новый год развесил». 2 часть: ОРУ с воздушным шариком. Упр-е для кистей рук с брусочком. ОВД 1.Бросание мяча друг другу с хлопком, с поворотом, с отскоком от пола. Спортивная игра «Пионербол». П/И «Проведи мяч». П/И «Поймай мяч». Дых. упр-я «Хлопушка», «Молодцы». 3 часть: релаксация «Фея сна» |

ЯНВАРЬ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Задачи | Занятие 1-2 | Занятие 3-4 |
| 1.Учить детей метать мяч в горизонт. цель; бросать и ловить мяч от стены разными способами. 2.Развивать двигательную активность детей и глазомер. 3.Учить метать мяч разного веса и размера. 4.Воспитывать волевые качества личности (целеустремлённость, выдержку). | 1 часть: ходьба с перешагиванием через предметы. Бег с преодолением препятствий. Ходьба. 2 часть: ОРУ с малым резиновым мячом. Упр-е для кистей рук с пластмассовым массажным мячиком. ОВД 1.Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперёд. 2.Метание вдаль мячей разного веса и размера правой и левой рукой. П/И «Не упусти шарик». П/И «Послушный мяч». Дых. упр-я «Дровосек», «Ах!». 3 часть: релаксация «Снежинки», «У Снежной Королевы» | 1 часть: ритмическая гимнастика «Позитив». 2 часть: ОРУ с цветным клубком. Упр-е для кистей рук с цилиндром. ОВД 1.Бросание и ловля мяча от стены с разными заданиями: с отскоком от пола, с поворотом кругом, с перепрыгиванием через отскочивший мяч. 2.Отбивание мяча о пол, продвигаясь по кругу. П/И «Мяч по дорожке». П/И «Ты катись, катись, наш мячик». Дых. упр-я «Вырасти большой», «Стёклышко». 3 часть: релаксация «Сказочный сон» |

ФЕВРАЛЬ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Задачи | Занятие 1-2 | Занятие 3-4 |
| 1.Продолжать учить детей выполнять упражнения с мячом в парах. 2.Развивать красоту, плавность движений под музыку. 3.Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнований. | 1 часть: ходьба парами, с заданиями для рук. Бег «покажи пятки». Ходьба. 2 часть: ОРУ с пластмассовым малым мячом. Упр-е для кистей рук со шнурком. ОВД 1.Бросание мяча друг другу с хлопком, с отскоком, от груди, из-за головы. 2.Прокатывание мяча ногами по прямой с попаданием в воротца. П/И «Передал – садись». П/И «Выстрели мячом». Дых. упр-я «Мыльные пузыри», «Апчхи!». 3 часть: релаксация «Спящий котёнок», «Звёздочки на небе» | 1 часть: ритмическая гимнастика «Наша армия самая сильная». 2 часть: ОРУ со средним мячом. Упр-е для кистей рук с карандашом. ОВД 1.Прокатывание мяча ногами «змейкой» между предметами. 2.Прокатывание мяча ногами с передачей друг другу. П/И «Кто быстрее». П/И «Попади в цель». Дых. упр-я «Гармошка», «Партизаны». 3 часть: релаксация «Сосульки тают» |

МАРТ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Задачи | Занятие 1-2 | Занятие 3-4 |
| 1.Продолжать учить детей бросать мяч через сетку. 2.Учить детей играм с элементами футбола и волейбола. 3.Развивать физические качества (быстроту, силу, ловкость). 4.Воспитывать чувство товарищества. | 1 часть: ходьба гимнастическим шагом. Бег врассыпную с остановкой по сигналу. Ходьба. 2 часть: ОРУ с воздушным шариком. Упр-е для кистей рук с брусочком. ОВД 1.Метание мяча в движущуюся цель правой и левой рукой. 2.Бросание мяча друг другу через сетку. П/И «Волейбол с воздушными шарами». П/И «Не упусти шарик». Дых упр-я «Обед», «Насос». 3 часть: релаксация «Подводный мир океана», «У лесного ручья» | 1 часть: ритмическая гимнастика «Мы маленькие дети». 2 часть: ОРУ с фитболом. Упр-е для кистей рук с цилиндром. ОВД 1.Удерживание мяча на голове как можно дольше. 2.Отбивание мяча коленом. П/И «Мы – футболисты». Дых. упр-я «Дятел», «Художники». 3 часть: релаксация «Аромапалочка» |

АПРЕЛЬ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Задачи | Занятие 1-2 | Занятие 3-4 |
| 1.Учить детей прокатывать мяч, попадая в ворота; забрасывать мяч в баскетбольную корзину. 2.Обучать детей спортивным играм с выполнением простейших правил. 3.Воспитывать интерес к спортивным играм. | 1 часть: ходьба «змейкой» поперёк зала. Бег с выбрасыванием прямых ног вперёд. Ходьба. 2 часть: ОРУ с надувным мячом. Упр-е для кистей рук с пластмассовым массажным мячиком. ОВД 1.Ведение мяча одной рукой на корточках. 2.Забрасывание мяча в баскетбольную корзину, стараясь увести мяч у соперников (элементы баскетбола). П/И «Волейбол с надувным мячом». П/И «Быстро отвечай». Дых. упр-я «Дуем друг на друга», «Полёт в космос». 3 Часть: релаксация «Тайны космоса», «Волшебный сон» | 1 часть: ритмическая гимнастика. 2 часть: ОРУ с цветным клубком. Упр-е для кистей рук с мячиком для пинг-понга. ОВД 1.Прокатывание мяча правой и левой ногой между предметами. 2.Ведение мяча ногой, стараясь увести его у соперника. П/ И «Элементарный футбол». П/И «Съедобное -несъедобное». Дых. упр-я «Ныряльщики», «Осы». 3 Часть: релаксация «Путешествие на облаке» |

МАЙ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Задачи | Занятие 1-2 | Занятие 3-4 |
| 1.Совершенствовать навык ведения мяча. 2.Развивать двигательную активность детей. 3.Воспитывать положительные эмоции. 4.Определить уровень владения мячом. | Коллективные подвижные игры и эстафеты с мячом  Физкультурный досуг «Мы – спортсмены». | Диагностика |

## **Приложение**

## ***Приложение 1***

### ****Подвижные игры****

#### ****Брось – догони.****

Натянуть верёвку на высоте 20-30 см от пола. Перед ней на расстоянии 2-3 м обозначить линию. Играющие ложатся на живот, берут обеими руками мячи. По сигналу бросают мячи через верёвку, догоняют их и поднимают вверх. Выигрывает поднявший мяч первым.

#### ****Подбрось – поймай.****

Играющие распределяются на пары, у каждой пары мяч. Один в паре подбрасывает и ловит мяч, второй считает, сколько раз удалось бросить и поймать мяч. По сигналу воспитателя дети меняются ролями: тот, кто бросал, считает, а считавший бросает мяч.

#### ****Мяч сквозь обруч.****

Шесть детей в вытянутых в стороны руках держат по обручу (всего 5 обручей). Двое играющих проходят вдоль цепочки из обручей справа и слева и перебрасывают друг другу мяч через каждый обруч. При повторении сменить стоящих с обручами.

#### ****Попади в цель.****

Связываются четыре обруча (в виде цветка). Их кладут в центре круга, за чертой которого встают дети. Каждый по очереди бросает в обруч мяч. Попадание в центр между связанными обручами даёт три очка, а во все остальные обручи – по одному. Выигрывает тот, кто наберёт условленное количество очков.

#### ****Ловишки с мячом.****

Дети стоят по кругу, передают мяч из рук в руки, произнося: «Раз, два ,три – мяч скорей бери! Четыре, пять, шесть – вот он, вот он здесь! Семь, восемь, девять – бросай, кто умеет». Последний, к кому попал мяч, говорит: «Я!», выходит в середину и бросает мяч, стараясь осалить разбегающихся детей. Тот, кого запятнает мяч, пропускает игру. Целиться нужно в ноги.

#### ****Мяч среднему.****

Играющие образуют 3-4 круга с равным числом детей. Внутри каждого круга водящий. Он по очереди бросает мяч каждому играющему и ловит от него. Когда мяч вернётся к водящему от последнего игрока, он поднимает его вверх. Выигрывает команда, раньше закончившая переброску мяча.

#### ****Быстрый мячик.****

Играющие стоят по кругу, бросают и ловят мячи, говоря: «Разноцветный быстрый мячик Дети бросают мяч вверх и ловят. Без запинки скачет, скачет. Отбивают о пол. Часто, часто. Низко, низко. От земли к руке так близко.

#### ****Ловкая пара.****

На полу выкладываются 6 линий, параллельных одна другой, на расстоянии 1 м. Дети встают в две шеренги друг против друга между третьей и четвёртой линией. На сигнал «начали» каждая пара играющих по три раза подряд перебрасывает друг другу мяч. Если при этом мяч не упал, один из партнёров переходит за следующую линию (делает шаг назад) и расстояние между ними увеличивается. Если кто-либо из пары уронил мяч, надо считать снова. После трёх бросков то один, то другой играющий отходит назад на одну линию до тех пор, пока оба не станут у самых последних границ.

#### ****Мяч вдогонку.****

Дети встают в два круга. Взрослый раздаёт 2-3 детям мячи. По сигналу «Мяч вдогонку!» дети начинают быстро передавать мячи друг другу. Если у одного ребёнка окажется два мяча сразу, он выбывает из игры. После повторения игры ребёнок играет снова.

#### ****Мяч в кругу.****

Дети рассаживаются на полу на корточках в два круга. Водящие с мячом – в центре круга. Они катят мяч каждому ребёнку по очереди или тому, кого назовут: «Саша, лови!». Игрок ловит мяч и отсылает его обратно, но при этом надо выполнить какое-либо задание: успеть хлопнуть в ладоши 2-3 раза, назвать количественное или порядковое число, например, водящий говорит: «Первый!», ребёнок отвечает: «Второй!» и т.д. Можно назвать любой предмет, входящий в обобщённое понятие (мебель, фрукты т.п.). Побеждает та команда, которая быстрее прокатила мяч.

#### ****Догони мяч.****

Играющие образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых в обе стороны рук. Водящий располагается за кругом. Место его в кругу остаётся свободным. Пятому ребёнку, стоящему вправо от водящего, даётся мяч. Дети хором говорят: «Раз, два, три – беги!» – и передают мяч вправо по кругу. Водящий бежит за кругом в том же направлении, стараясь добежать до своего места раньше, чем дойдёт мяч.

#### ****Передай мяч.****

Дети распределяются на 2 звена и выстраиваются в колонны друг за другом. Перед каждой колонной на расстоянии 3 м ставится кубик. Первый бежит с мячом, обегает предмет, передаёт мяч следующему в своей колонне и встаёт сзади всех. При потере мяча ребёнок возвращается, поднимает его и бежит с того места, где упал мяч. Побеждает звено, опередившее других при соблюдении условий игры.

#### ****Мяч о пол.****

Дети строятся в две колонны: одна с одной стороны зала, другая – напротив. Первые в колоннах получают мяч и по сигналу идут или бегут, отбивая мяч о пол. Добежав до первых в противоположных колоннах, передают им мяч, а сами встают сзади. Получивший мяч без промедления бежит обратно. Когда все поменяются местами. Взрослый отмечает колонну, которая выполнила задание лучше и быстрее.

#### ****Попади в ворота.****

Дети делятся на две команды. По одному ребёнку от каждой команды встают на исходную линию. Перед ними на расстоянии 5 м выкладываются ворота из набивных мячей. От исходной линии нужно попасть в ворота, ударяя ногой по мячу (внутренней стороной стопы). Выигрывает та команда, в которой больше игроков, попавших в ворота.

#### ****Мяч в корзину.****

Дети становятся в 2 круга (команды). В середине корзина. У каждого малый мяч. Нужно бросить мяч сверху о пол так, чтобы он попал в корзину. Мячи бросают по очереди или всем вместе. Во втором случае мячи должны быть цветными. Команда, забросившая наибольшее количество мячей в корзину, становится победителем.

#### ****Догони мячик**.**

Из гимнастических палок делают 2 коридора шириной 30 см и длиной 3 м. Дети распределяются на две команды и выстраиваются у начала коридоров. Первый катит мяч, бежит за ним и старается его поймать, не давая ему выкатиться из коридора. Затем передаёт мяч следующему, сам становится сзади строя. Побеждает та команда, которая не только быстро, но и правильно выполнит задание.

#### ****Мяч навстречу мячу**.**

Дети распределяются на два звена, и они встают друг против друга на расстоянии 4 – 5 м. У водящих по мячу. На сигнал взрослого: «Начали!» – дети прокатывают мячи навстречу один другому, но так, чтобы мячи не столкнулись. Поймав мяч, водящий передаёт его следующему. Побеждает команда, допустившая меньше ошибок.

#### ****Успей поймать.****

Дети образуют круг. В центре круга водящий. Дети перебрасывают мяч друг другу, стараясь, чтобы водящий не коснулся или не поймал его. Если ему это удаётся, он занимает место того, кто неудачно бросил мяч. Последний идёт в середину круга.

#### **Ты катись, катись, наш мячик.**

Дети стоят в кругу. По сигналу начинают быстро передавать мяч по кругу, при этом произнося: «Ты катись, катись, наш мячик, быстро, быстро по рукам. У кого остался мячик, тот сейчас станцует нам!». Ребёнок, у которого остался мяч выходит в середину круга и выполняет танцевальные движения. Игра повторяется.

#### ****Горизонтальная мишень.****

На полу выкладывается несколько обручей один за другим в 4 – 5 шагах от линии метания. Дети по очереди бросают мяч из-за головы двумя руками. Оценивается попадание – чем ближе, тем меньше очков.

#### ****Попади и поймай**.**

Дети делятся на две команды и выстраиваются в колонну по одному. Перед каждой командой на расстоянии 6 – 7 м на полу лежат картонные квадраты близко друг от друга. По сигналу первые из каждой команды бегут к квадратам и стараются ударить мячом в квадрат и поймать его. После этого мяч передаётся следующему игроку.

#### ****Не упусти мяч**.**

Дети распределяются парами, у каждой пары мяч. Один из пары ударяет мяч о пол условленное число раз (4 – 6) и передаёт второму в паре. Побеждает та пара, которая сумеет дольше других удержать мяч в паре. Передача мяча осуществляется без остановки. Уронивший мяч выбывает из игры, а его партнёр дожидается, пока из какой –либо пары выйдет потерявший мяч, и продолжает игру с оставшимся.

#### ****Закати мяч.****

Дети выкладывают из кубиков ворота шириной 30 – 40 см. По числу ворот распределяются на команды. У каждого играющего малый мяч. На расстоянии 3 м от ворот ребёнок катит мяч в ворота. По окончании прокатывания один из команды собирает все мячи и раздаёт своим игрокам. Подсчитывается число мячей, попавших в ворота. Наиболее меткая и быстрая команда объявляется победительницей.

#### ****Выстрели мячом.****

Дети распределяются на две команды и рассаживаются на пол по кругу на расстоянии вытянутых в стороны рук. В каждом кругу малый мяч. Нужно взять его тремя пальцами (большим, указательным и средним), резко нажать на него и пустить по полу – «выстрелить». Все пальцы должны нажимать на мяч одновременно, равномерно. Играющий, которому направили мяч, старается его поймать и таким же способом послать следующему. Побеждает та команда, у которой «выстрелы» достигали цели.

#### ****Стой!****

Дети стоят в кругу. Взрослый подбрасывает мяч высоко вверх и называет имя ребёнка. В этот момент все разбегаются в разные стороны. А тот, чьё имя было названо быстро подбегает, ловит мяч и кричит: «Стой!». Все играющие останавливаются на том месте, где их застал сигнал. Водящий бросает мяч в ноги кого-то из играющих. Если он попадёт, ребёнок быстро ловит мяч и кричит: «Стой!» и бросает мячом в кого-то опять и т.д. если водящий ни в кого не попадёт, он бежит за мячом, берёт его и снова бросает до тех пор, пока не осалит кого-то. Когда водящий бросает мяч, все должны находиться на своих местах. Можно увёртываться, подпрыгивать, приседать и т.д.

#### ****Мяч по кочкам.****

Дети встают по 5-6 человек в колонну по одному, у первого ребёнка мяч. На полу раскладываются 6-8 обручей диаметром 30-40 см на расстоянии 5-10 см друг от друга. Дети должны провести мяч так, чтобы он скакал по кружкам – «по кочкам», и передать мяч следующему. Выигрывает та команда, которой удалось выполнить задание с наименьшим числом ошибок.

#### ****Играй, играй, мячик не теряй.****

Дети располагаются по залу в свободном порядке. Каждый играет с мячом, выполняя действия по своему выбору: бросает вверх и о пол, отбивает мяч на месте и в движении; бросает мяч о стену, в корзину. После сигнала взрослого все должны поднять мяч вверх.

#### ****Проведи мяч.****

На полу выкладываются в ряд 8 кубиков на расстоянии 1,5 м один от другого. Играющий проводит мяч ногой по дорожке, обходя кубики то справа, то слева.

#### ****Поймай мяч.****

Дети распределяются по трое.двое из них становятся на расстоянии 2-3 м и перебрасывают мяч друг другу. Третий встаёт и старается поймать мяч или коснуться его рукой.

#### ****Кто быстрее?****

Двое игроков стоят напротив друг друга на расстоянии 10 м. Между ними в кругу стоит высокий кубик. Дети стараются сбить его мячом. Тот, кому это удалось, передвигает кубик на один шаг ближе к себе. Выигрывает тот, кто ближе переставит кубик к себе.

#### ****Волейбол с воздушными шарами.****

Натянуть верёвку на высоте 1,5 м. связать вместе два воздушных шара, в которые можно влить по несколько капель воды. По обеим сторонам от верёвки находятся команды, по 3-5 детей в каждой. Играющие отбивают шары, стараясь перегнать их на сторону противника и не давая упасть на своей стороне.

### ***Приложение №2***

### ****Дыхательные упражнения****

#### ****Носик балуется**.**

На вдохе ребёнок оказывает сопротивление воздуху, надавливая большим и указательным пальцами одно руки на крылья носа.

#### ****Смешинка.****

Сделать глубокий вдох и на выдохе произносить: «Ха-ха-ха-ха-ха!».

#### ****Шарик лопнул**.**

Широко развести руки в стороны и глубоко вдохнуть носом, выдуть его в воображаемый шарик через рот «ф-ф-ф….», медленно соединяя ладони под шариком. Затем по хлопку ведущего шарик лопается – дети хлопают в ладоши, произнося: «ш-ш-ш…».

#### ****Подуй на листик**.**

Сделать глубокий вдох и подуть на воображаемый листик на ладони.

#### **Летят мячи.**

Стоя, руки с мячом подняты вверх. Бросить мяч от груди вперёд. При этом на выдохе произнести: «Ух-х-х-х!».

#### ****Ветер и листья**.**

После вдоха задержать дыхание и на выдохе, раскачивая поднятыми руками, продолжительно произнести: «ф-ф-ф-ф», затем на одном выдохе произнести несколько раз «п-п-п», делая ступенчатый выдох, постепенно опуская руки вниз.

#### ****Ёжик.****

Сидя на коврике, ноги вместе, руки в упоре сзади. Согнуть ноги в коленях и подтянуть их к груди, медленный выдох на звуке «ф-ф-ф-ф». Выпрямить ноги - вдох.

#### ****Ветер дует.****

Изобразить завывания осеннего ветра: «у-у-у-у-у». Громко (сильный ветер), тихо (слабый ветер).

#### ****Лесной воздух.****

Подышать лесным воздухом: вдох носом, выдох ртом.

#### ****Подуй на снежинку.****

Выполнить глубокий вдох, длинным выдохом подуть на воображаемую снежинку на ладошке.

#### ****Молодцы**.**

Сделать вдох, задержать дыхание. На выдохе произнести: «мо-лод-цы!».

#### ****Дровосек.****

Стоя, н.ш.п. руки над головой в замке. Сделать глубокий вдох носом. Резкий наклон – выдох, произнести: «у-у-у-у-у-х!».

#### ****Мыльные пузыри.****

Сделать вдох, на выдохе надувать воображаемый мыльный пузырь, сложив губы трубочкой.

#### ****Апчхи!****

Выполнить вдох, вдыхая воздух толчками: «а-а-а». Выполнить выдох, произнести: «пчхи!».

#### ****Гармошка.****

Положить руки на рёбра, сделать вдох и на выдохе произнести: «ш-ш-ш», как бы выжимая воздух из лёгких.

#### ****Насос.****

Стоя, н.ш.п. руки согнуты в локтях перед грудью. Вдох, наклон – выдох, руки выпрямить и произнести: «с-с-с-с…».

#### ****Художники.****

Вдох, на выдохе рисовать воображаемые фигуры, сложив губы трубочкой.

#### ****Полёт в космос.****

Стоя в кругу, дети образуют «ракету», делают дружный вдох. На выдохе произносят: «а-а-а-а…», как бы взлетая на ракете, постепенно повышая голос.

#### ****Ныряльщики.****

Вдох через нос, присесть – «нырнуть», задержать дыхание. Выпрямиться, выполнить выдох – «вынырнуть».

#### ****Сирень.****

Понюхаем цветущую сирень: вдох носом, выдох – ртом.

### ***Приложение №3***

**Игровые упражнения и задания с мячом для индивидуального выполнения**

(Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева)

|  |  |
| --- | --- |
| ***«Дотронься до мяча»***  Взрослый держит в руке небольшой мяч в сеточке. Ребёнку предлагают подпрыгнуть и дотронуться до мяча двумя руками. | ***«Прокати мяч в ворота»***  Прокатить мяч в одном направлении на расстояние 1-1.5 м в ворота шириной 50 см. Прокатив, ребёнок сам догоняет мяч. |
| ***«Прокати мяч»***  Ребенку предлагают прокатить большой мяч взрослому, находящемуся от него на расстоянии 1,5-2 м. Взрослый возвращает мяч ребёнку. Сначала ребёнок играет сидя на полу, затем стоя, наклоняясь для того, чтобы оттолкнуть мяч. Расстояние от взрослого до ребёнка постепенно увеличивают до 3-4 м. | ***«Мой весёлый звонкий мяч»***  Подражая мячу, дети подпрыгивают на двух ногах, а взрослый произносит слова из стихотворения С.Маршака «Мяч»:  *Мой весёлый, звонкий мяч,*  *Ты куда помчался вскачь?*  *Красный, жёлтый, голубой,*  *Не угнаться за тобой!* |
| ***«Брось дальше»***  Ребёнок бросает мяч, стоя на линии, начерченной на земле. На месте падения взрослый делает метку и предлагает бросить ещё дальше. | ***«Подбрось – поймай»***  Ребёнок бросает мяч вверх и ловит его. Взрослый считает, сколько раз малыш поймает мяч. |
| ***«Поймай мяч»***  Взрослый, стоя напротив ребёнка (1,5 -2 м), бросает ему мяч. Ребёнок возвращает мяч. взрослый сопровождает действия словами: «Лови, бросай, упасть не давай». Каждое слово сопровождается броском мяча. Слова нужно произносить медленно. | ***«Перебрось через верёвку»***  Ребёнок становится напротив верёвки, натянутой на высоте поднятой руки малыша. Расстояние от ребёнка до верёвки – не более 1,5 м. Ребёнок бросает мяч из-за головы двумя руками, стараясь перебросить его через верёвку, затем бежит за ним и снова бросает. |

### ***Приложение №4***

**Коллективные подвижные игры и эстафеты с мячом**

|  |  |
| --- | --- |
| ***«Мяч водящему»***  Нужно провести две линии. Расстояние между ними 2-3 м. Играющие становятся друг за другом за первую линию. Напротив них, за другую линию, становится водящий. Он бросает мяч ребёнку, стоящему в колонне первым, а тот возвращает его водящему и перебегает в конец колонны. В это время вся колонна играющих подвигается вперёд и к исходной линии подходит следующий играющий. | ***«Передай мяч»***  Играющие распределяются на команды и выстраиваются в колонны. У игроков, стоящих первыми, в руках по одному большому мячу (диаметр 20-25 см). По сигналу воспитателя начинается передача мяча назад двумя руками над головой (за головой) стоящим сзади. Как только игрок, стоящий последним в колонне, получит мяч, он быстро бежит, становится впереди колонны и снова передаёт мяч. Побеждает та команда, дети которой быстро выполнили упражнения и ни разу не уронили мяч. |
| ***«Мяч в стену»***  Команды строятся в колонны на расстоянии 3 м от стены лицом к ней. По сигналу первые игроки бросают мяч о стену, ловят его после отскока от земли и передают следующим, а сами бегут каждый в конец своей колонны. | ***«Ловишка с мячом»***  На земле чертят круг (диаметр 2м). Ловишка - в центре круга с мячом. После слов: «Раз, два, три -лови!» -дети бегут, а ловишка «осаливает» мячом убегающих детей. |
| ***«Школа мяча»***  Играющие строятся в колонны, в руках у первых игроков по одному большому мячу. Перед каждой колонной положен обруч (диаметром 50 см). По сигналу воспитателя первый игрок ударяет мячом в обруч, ловит его двумя руками и передаёт следующему, а сам бежит в конец своей колонны. Когда первый в колонне окажется снова на своём месте, то, получив мяч, он поднимает его над головой. | ***«Проведи мяч»***  Играющие строятся в две колонны, у каждого в руках по одному мячу. Вдоль площадки параллельно друг другу, ставятся кубики (5-6 шт.) на расстоянии 1.5 м. По сигналу воспитателя первые игроки начинают ведение мяча между предметами. Как только они пройдут 2-3 предмета, в игру включаются следующие ребята. Каждый выполнивший задание встаёт в конец своей колонны. |
| ***«Охотники и утки»***  Играющие делятся на две команды охотников и уток. Утки становятся в середину круга, а охотники располагаются снаружи круга. Охотники перебрасывают мяч и стараются осалить им уток. Когда треть уток поймана, игра останавливается и дети меняются ролями. | ***«Не давай мяч водящему»***  В центре круга находятся 2-3 водящих. Стоящие вне круга перебрасывают мяч друг другу во всех направлениях, а водящие стараются до него дотронуться. Если кому-либо это удаётся, то он выходит из круга. А водящим становится тот, при броске которого был осален мяч. |
| ***«Поймай мяч»***  В игре трое играющих. Двое становятся на расстоянии не менее 3м друг от друга и перебрасывают мяч. Третий находится между ними и старается поймать мяч, пролетающий над ним. | ***«Сбей кеглю»***  Играющий становится за линию, в 2-3 м от которой находится кегля. Надо сбить её мячом. Мяч можно прокатывать, бросать или ударять ногой. |
| ***«Мяч через сетку»*** (элементы волейбола). | ***«Мяч в сетку»*** (элементы баскетбола). |

**IV. Дополнительный раздел Программы**

**4.1. Краткая презентация Программы**

Образовательная программа углубляет образовательную область «Физическое развитие» в Образовательной программе дошкольного образования МБДОУ д/с № 6 и реализуется в части, формируемой участниками образовательных отношений. Определяет содержание и организацию образовательной деятельности детей старшего дошкольного возраста (6 - 7 лет); обеспечивает совершенствование развития физических качеств и способностей, предусматривает разнообразную деятельность с мячами различного размера и качества в соответствии с интересами и потребностями детей, с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей детей.

**Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся.**

Программа предполагает формы сотрудничества с семьями воспитанников в области физического развития. Просветительское и консультационное направления реализуются через групповые родительские собрания, семинары-практикумы, консультации, педагогические гостиные, и другое; информационные стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); сайты ДОО и социальные группы в сети Интернет; фотографии, репортажи. Включают также и досуговую форму - семейные спортивные и тематические мероприятия.