

Муниципальное Автономное Дошкольное Образовательное Учреждение

«Детский сад № 435»

Принята на заседании  
Педагогического совета  
от 31.08.2021г.  
Протокол № 1

Утверждаю  
заведующий МАДОУ  
\_\_\_\_\_ М.А. Потапова  
« 31 » августа 2021

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**физкультурно-спортивной направленности**

**«Чемпионы»**

Возраст обучающихся: 3-4 года

Срок реализации: 1 год

Автор составитель:

Новикова Елена Александровна

Нижний Новгород

2021 г

## Содержание

Раздел 1: Комплекс основных характеристик Программы .....	3
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.2. Цель, задачи Программы .....	6
1.3. Содержание Программы:	
1.3.1. Учебный и учебно-тематический план .....	8
1.4. Планируемые результаты по итогам освоения Программы .....	17
Раздел 2: Комплекс организационно – педагогических условий .....	19
2.1. Календарный учебный график на 2021 – 2022 уч.г. ....	19
2.2. Условия реализации Программы .....	22
2.3. Формы аттестации .....	24
2.4. Оценочные материалы .....	24
2.5. Методические материалы .....	25
2.6. Список литературы .....	26

## **Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 435» города Нижнего Новгорода осуществляет образовательную деятельность в интересах личности ребёнка, общества и государства, обеспечивает охрану здоровья и создания благоприятных условий для разностороннего развития личности, в том числе возможность удовлетворения воспитанника в самообразовании и получении дополнительного образования.

Ценность дополнительного образования состоит в том, что оно усиливает содержательную составляющую основной образовательной программы МАДОУ и способствует практическому приложению умений и навыков детей, полученных в МАДОУ, стимулирует их познавательную мотивацию, развивает творческий потенциал, навыки адаптации к современному обществу.

Нормативной базой разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы являются:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014г. № 1726-р);
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4 3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в образовательных организациях дополнительного образования детей», от 14.05. 2013 г. №25 «Об утверждении СанПиН 2.4.4 3048 – 13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»;
- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. №1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Устав МАДОУ.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по обучению дошкольников различным видам спортивных игр «Чемпионы», далее по тексту Программа, составлена педагогом МАДОУ «Детский сад №435» и направлена на целостное развитие личности ребенка в физкультурно-спортивной деятельности, раскрытие его физического потенциала, приобщение к здоровому образу жизни.

Настоящая программа разработана с учётом современных требований педагогики, психологии, физиологии. По степени авторства она является модифицированной, созданной на основе авторской парциальной программы и методического пособия:

- ✓ программы «Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет» Л.Н. Волошина, Т.В Курилова Изд-во Белый город, 2013
- ✓ методического пособия «Игры с мячом и ракеткой» В.Г. Гришин Москва, Просвещение 1982 г
- ✓ методического пособия «Школа мяча» Н.И. Николаева Детство-Пресс, 2012г

Изменилась действительность, окружающая детей. На смену увлекательным дворовым играм пришли не менее увлекательные – компьютерные. Все чаще можно встретить во дворе скучающих, равнодушных к спортивным и подвижным играм, слабых и неумелых мальчишек и девчонок. Многие ребята перестали выходить играть во двор, отдавая предпочтение малоподвижным видам деятельности: телеиграм, занятиям с конструкторами, просмотру мультфильмов. Это подтверждает озабоченность педагогов и врачей: мало, очень мало двигаются дети! А для ребенка потеря в движениях – это потеря в здоровье, знаниях, развитии. Именно в подвижных играх ребенок получает уникальную возможность максимально проявить собственную активность и творчество, ликвидировать дефицит движений,

Ведущая идея программы «Играйте на здоровье» – вызвать устойчивый интерес дошкольников к играм с элементами спорта и на этой основе создать предпосылки для физического совершенствования ребенка.

Программа предусматривает возможность корректировки её разделов за счёт гибкости содержания, практический материал может варьироваться с учётом условий её использования. В содержании игровых физкультурных занятий включены подвижные игры общеразвивающего характера, направленные на формирование основных движений и комплексное развитие двигательных способностей. Значительное место в предлагаемых занятиях занимают игры с элементами спорта, доступные и полезные дошкольникам. При этом в каждом занятии детально отрабатываются игровые упражнения, которые обеспечивают формирование элементарных приемов игры в различные спортивные игры. Каждое разучиваемое в игровой форме движение базируется на предыдущем двигательном опыте ребенка. Из программы «Играйте на здоровье!» для работы с детьми 3-4 лет мы взяли те разделы, которые можем использовать в условиях нашего детского сада и не пересекающиеся с основной программой по физической культуре. Это элементы настольного тенниса, хоккея, футбола и баскетбола.

Схема построения непосредственно образовательной деятельности традиционна. Занятие состоит из 3 частей: вводной, основной и заключительной. При этом все образовательные задачи решаются путем соответствующего им подбора игр и игровых упражнений, рационального распределения и чередования объема физических нагрузок. Обязательное условие их постепенное увеличение в начале занятия, чередование - в середине, снижение - в конце занятия.

Программа соответствует социальному заказу от родителей и желаниям самих детей освоить данный вид деятельности

Данный курс является дополнительной программой к ООП МАДОУ (образовательная область *Физическое развитие*). Её педагогическая целесообразность объясняется доступностью реализации содержания и освоения материала детьми 3-4 лет.

Срок реализации программы 1 год.

Количество возрастных групп	2
-----------------------------	---

Начало учебного периода	октябрь
Конец учебного периода	май
Продолжительность учебного периода	64 занятия (32 недели)
Количество часов в неделю	2
Продолжительность занятия	15 минут
Форма взаимодействия педагога и воспитанников	очная групповая одновозрастная

## 1.2. Цель и задачи Программы

**Цель** - всестороннее развитие ребенка путем использования игр с элементами спорта.

### **Задачи:**

#### Настольный теннис:

1. Познакомить детей с шариком и ракеткой, показать свойства шарика (легкий, прыгает, может сломаться)
2. Формировать действия с ракеткой (брать, держать, передавать, вращать), действия с маленьким мячиком (катать, бросать, ловить, отбивать)
3. Развивать мелкую моторику рук, согласованность движений.

#### Хоккей:

1. Познакомить детей с клюшкой и шайбой, простейшими действиями с ними.
2. Учить водить клюшку, не отрывая ее от поверхности; ударять по неподвижной шайбе и останавливать шайбу клюшкой.
3. Развивать координационные способности, ориентировку в пространстве.

4. Воспитывать желание получить положительные результаты; выполнять простейшие требования безопасной игры.
5. Закладывать предпосылки последующих совместных действий со сверстниками в игре хоккей.

#### Баскетбол:

1. Формировать многообразие действий с мячом (катание, бросание, ловля, перебрасывание, забрасывание из разных и.п. – сидя, стоя на коленях, стоя).
2. Воспитывать интерес к играм с мячом, желание играть вдвоем, втроем.
3. Развивать согласованность движений, глазомер.
4. В процессе освоения действий с мячом развивать О.Д. – ходьбу, бег, прыжки, лазание.

#### Футбол:

1. Познакомить детей с названием и особенностями игры в футбол (играем с мячом ногами).
2. Формировать элементарные для футбола действия с мячом (удары по неподвижному мячу ногой, остановка движущегося мяча, ведение, удар по воротам).
3. Воспитывать интерес к действиям с мячом, желание играть вдвоем, втроем.
4. Развивать координационные способности, ловкость, глазомер.
5. В процессе овладения действиями с мячом совершенствовать технику ходьбы, бега.

#### **Условия реализации поставленных задач:**

- мотивация детей к физической деятельности (дети должны получать удовольствие от физических упражнений)
- партнерские, доверительные взаимоотношения взрослых и детей

- использование разнообразного спортивного оборудования
- применение индивидуально-дифференцированного подхода в ходе образовательной деятельности

### 1.3. Содержание программы

#### 1.3.1. Учебный план

№	Название раздела	Количество часов	Практическое содержание	Формы контроля
1	Настольный теннис (октябрь)	8 часов	Познакомить детей с теннисным шариком и ракеткой, показать свойства шарика (легкий, прыгает, ломается, если обращаться не аккуратно) Различные действия с ракеткой и мячом	Контрольно-игровое занятие
2	Хоккей (ноябрь)	8 часов	Ознакомление с клюшкой и шайбой. Ведение шайбы клюшкой. Удары по неподвижной шайбе и ее остановка. Игры на развитие координации и ориентировки в пространстве	Контрольно-игровое занятие
3	Футбол (декабрь, январь, февраль)	24 часа	Познакомить с названием игры и особенностью (игра ногами) Элементарные действия с мячом (ведение, удары по неподвижному мячу) Игры	Контрольно-игровое занятие
4	Баскетбол (март, апрель, май)	24 часа	Многообразные действия с мячом: прокатывание, броски, ловля, перебрасывание. Игры с мячом	Контрольно-игровое занятие

### 1.3.2. Учебно-тематический план

№	Тема	Содержание работы	Планируемые результаты
Раздел № 1: Настольный теннис			
1	Ознакомление с теннисной ракеткой и мячиком	Показ и рассказ о применении ракетки и мяча. Ходьба и бег с теннисным шариком. ОРУ (танец с шариком). «Гонка шариков» - прокатывание шариков в разные стороны «Высоко-высоко» - бросание шариков вверх одной рукой, затем другой. «Ветер» - стоя на четвереньках дуть на шарик, затем догнать его, ползая. Подвижная игра «Солнышко и дождик»	Не терять шарик.
2	Ознакомление с теннисной ракеткой и мячиком	Ходьба и бег с теннисным шариком. ОРУ (танец с шариком). «Гонка шариков» - прокатывание шариков в разные стороны «Высоко-высоко» - бросание шариков вверх одной рукой, затем другой. «Ветер» - стоя на четвереньках дуть на шарик, затем догнать его, ползая. Подвижная игра «Солнышко и дождик»	Умение держать ракетку, катать мячик более уверенно
3	Катание мячика	Ходьба, бег, ползание, ОРУ (танец с теннисным мячом). «Мой веселый, звонкий мяч» - прыжки, бег «Мяч в кругу» - воспитатель катит теннисный мяч сидящему на корточках ребенку, ребенок катит его	Умение выполнять задание

		обратно, вставая и называя любимую игрушку. «Ветер» - стоя на четвереньках дуть на шарик, затем догнать его, ползая. П\и «На лесной полянке»	
4	Катание мячика в парах	Ходьба, бег, ползание, ОРУ (танец с теннисным мячом). «Мой веселый, звонкий мяч» - прыжки, бег «Мяч в кругу» - воспитатель катит теннисный мяч сидящему на корточках ребенку, ребенок катит его обратно, вставая и называя любимую игрушку. «Ветер» - стоя на четвереньках дуть на шарик, затем догнать его, ползая. П\и «На лесной полянке»	Умение выполнять задание
5	Броски и прокатывание шариков	Ходьба, бег, ползание, ОРУ без предметов. «Высоко-высоко» - бросание шариков вверх одной рукой, затем другой. «Ветер» - стоя на четвереньках дуть на шарик, затем догнать его, ползая. «Гонка шариков» - прокатывание шариков в разные стороны. П\и «Лиса и зайцы»	Умение выполнять задание
6	Броски и прокатывание шариков	Ходьба, бег, ползание, ОРУ без предметов. «Высоко-высоко» - бросание шариков вверх одной рукой, затем другой. «Ветер» - стоя на четвереньках дуть на шарик, затем догнать его, ползая. «Гонка шариков» - прокатывание шариков в разные стороны. П\и «Лиса и зайцы»	Умение выполнять задание
7	Прокатывание в парах	Ходьба, бег, ползание, ОРУ без предметов. «Мяч в кругу» - воспитатель катит теннисный мяч сидящему на корточках ребенку, ребенок катит его обратно, вставая и называя любимую игрушку. «Зонтики» - ходьба и бег с теннисными ракетками. «Покатаемся» - упор сидя на ракетках. Покрутиться вокруг себя, отталкиваясь то руками, то ногами. «Мяч друг другу» - катание маленького резинового мяча теннисной ракеткой друг другу. П\и «Листочки и ветер»	Прокатывание в парах

8	Прокатывание в парах	Ходьба, бег, ползание, ОРУ без предметов. «Мяч в кругу» - воспитатель катит теннисный мяч сидящему на корточках ребенку, ребенок катит его обратно, вставая и называя любимую игрушку. «Зонтики» - ходьба и бег с теннисными ракетками. «Покатаемся» - упор сидя на ракетках. Покрутиться вокруг себя, отталкиваясь то руками, то ногами. «Мяч друг другу» - катание маленького резинового мяча теннисной ракеткой друг другу. П\и «Листочки и ветер»	Прокатывание в парах
Раздел № 2: Хоккей			
1	Ознакомление с клюшкой и шайбой	Рассказ о хоккее. Ходьба, бег «Метелица» - бег в колонне вполборота вокруг клюшек, ОРУ с малым мячом. «Хлопушки»- хлопки руками над головой, впереди себя, с поворотами, по коленям. «Попрыгунчики» - прыжки через ручеек, выложенный из клюшек. Метание мячом в снежинку из клюшек. Подвижная игра «Льдинка». Тренировка дыхания	Вызвать интерес к хоккею
2	Ведение мяча клюшкой	Ходьба, бег вокруг клюшек, ОРУ с малым мячом. «Чья клюшка быстрее» - стоя в шеренге с клюшкой в руках, перебежать с одной стороны площадки на другую. Клюшку не отрывать от земли; ползание вокруг клюшек Подвижная игра «Льдинка». Тренировка дыхания	Умение правильно держать клюшку
3	Ведение мяча клюшкой	Ходьба, бег вокруг клюшек, ОРУ с малым мячом. «Чья клюшка быстрее» - стоя в шеренге с клюшкой в руках, перебежать с одной стороны площадки на другую. Клюшку не отрывать от земли; «Хлопушки», «Попрыгунчики» Подвижная игра «Ветер». Тренировка дыхания	Умение правильно держать клюшку
4	Удары по неподвижному мячу клюшкой	Ходьба, бег вокруг клюшек, ОРУ с малым мячом. «Гонка шайб» - вести шайбу, не отрывая от нее клюшку; «Чей мяч дальше» - удар клюшкой по неподвижному мячу; ползание между клюшками. П\и «Ветер». Тренировка дыхания	Умение правильно выполнить замах

5	Удары по воротам	Ходьба, бег вокруг клюшек, ОРУ с клюшкой. «Забей в ворота» - с места удары по воротам; то же после ведения; «Чья клюшка быстрее» - эстафета. Метание снежков в снежинку из клюшек. П\и «Лиса и зайцы». Тренировка дыхания	Умение точно выполнять удары по воротам
6	Передачи в парах и удары по воротам	Ходьба, бег вокруг стоек, ОРУ с клюшкой . «Точный пас» - передачи в парах; «Забей в ворота» - с места удары по воротам; то же после ведения; П\и «Лиса и зайцы». Тренировка дыхания	Умение выполнять передачи в парах и удары по воротам
7	Ведение прямо и «змейкой»	Ходьба, бег вокруг стоек, ОРУ с клюшкой. Прыжки в чередовании с ползанием между клюшками; Ведение шайбы по прямой, меняя направление по сигналу; «Пройди-не задень» - ведение «змейкой» между конусами. П\и «Ловишки» - водящий ловит играющих, которых он не может осалить в доме, выложенном из клюшек. Тренировка дыхания	Умение вести шайбу, не задевая стойки
8	Передачи в парах, ведение «змейкой», удары по воротам	Ходьба, бег «Метелица», подскоки, ОРУ с клюшкой. «Точный пас», «Гонка шайб», «Забей в ворота». П\и «Ловишки». Тренировка дыхания	Уверенное выполнение элементов техники
Раздел № 3: Футбол			
1	Ознакомление детей с условиями для игры в футбол	Беседа о футболе, показ картинок. «Мячи шалунишки» - ходьба и бег за катящимися мячиками, ОРУ «Ловкие мячики». «Догони» - удар ногой по неподвижному мячу ногой. Прыжки из обруча в обруч с мячом в руках. П\и «Ловишка»	Возникновение интереса к футболу
2	Удары по неподвижному мячу. Ведение мяча	Ходьба, бег, ОРУ «Ловкие мячики». «Мячи шалунишки» «Догони» - удар ногой по неподвижному мячу ногой. «Ловкие ножки» – ведение мяча по прямой П\и «Ловишка»	Точность удара
3	Ведение и передачи мяча	Ходьба, бег, ОРУ «Ловкие мячики». «Мячи шалунишки» «Догони» - удар ногой по неподвижному мячу ногой. «Ловкие ножки» – ведение мяча по прямой. «Мой веселый звонкий мяч» П\и «Кот и мыши»	Точность при выполнении движений
4	Ведение и передачи мяча, остановка мяча	Ходьба, бег, ОРУ «Ловкие мячики». Ведение малого мяча ногой по кругу, меняя направление. В парах передачи малого мяча. Прыжки на фитболах. Ходьба с мешочком на голове. П\и «Кот и мыши»	Точность при выполнении движений. Интерес к футболу

5	Удары по неподвижному мячу	Ходьба, бег, ОРУ без предметов. «Догони» - удар ногой по неподвижному мячу. Прыжки на фитболах. П\и «Кот и мыши»	Сохранение равновесия и точность удара.
6	Удары по неподвижному мячу, ведение мяча	Ходьба, бег, ОРУ без предметов. «Ловкие ножки». «Гонка мячей» - ведение мяча в разных направлениях. «Догони» - удар ногой по неподвижному мячу. Ползание под дугами. П\и «Поезд»	Умение быстро перестроиться по сигналу
7	Удары по неподвижному мячу, передачи в парах	Ходьба, бег, ОРУ без предметов. «Попади в ворота» -удар по неподвижному мячу, догнать, проползая под дугой. Передачи мягким мячом в парах. П\и «Поезд»	Умение взаимодействовать в паре
8	Удары по неподвижному мячу, передачи в парах	Ходьба, бег, ОРУ без предметов. «Попади в ворота» -удар по неподвижному мячу, догнать, проползая под дугой. Передачи мягким мячом в парах. П\и «Поезд»	Умение взаимодействовать в паре
9	Ведение и передачи мяча, остановка мяча	Ходьба, бег, ОРУ с мягким мячом. «Гонка мячей» - ведение мяча в разных направлениях. Передачи мягким мячом в парах, остановка мяча. П\и «Найди свой домик». М\п «Найди игрушку»	Точность при выполнении движений
10	Ведение и передачи мяча, остановка мяча	Ходьба, бег, ОРУ с мягким мячом. «Гонка мячей» - ведение мяча в разных направлениях. Передачи мягким мячом в парах, сбивая кеглю, остановка мяча. П\и «Найди свой домик». М\п «Найди игрушку»	Точность при выполнении движений
11	Удары по неподвижному мячу	Ходьба, бег, ОРУ с мягким мячом. Удары по неподвижному мячу поточным способом с обратным ведением по прямой. Прыжки на фитболах. Эстафеты с бегом и подлезанием. П\и «Найди свой домик». М\п «Кто ушел»	Умение действовать согласованно в команде
12	Удары по неподвижному мячу	Ходьба, бег, ОРУ с мягким мячом. Удары по неподвижному мячу , ведение по прямой. Прыжки на фитболах. Эстафеты с бегом и подлезанием. П\и «Мой веселый звонкий мяч». М\п «Кто ушел»	Умение действовать согласованно
13	Ведение мяча	Ходьба, бег, ОРУ с резиновым мячом. «Ловкие ножки» – ведение мяча по прямой, «Не потеряй» – ведение мяча вокруг обруча. Прыжки на фитболах. Эстафеты с бегом и подлезанием. П\и «Мой веселый звонкий мяч». М\п «Кто сказал»	Умение точно выполнять движения

14	Ведение мяча	Ходьба, бег, ОРУ с резиновым мячом. «Ловкие ножки» – ведение мяча по прямой, «Не потеряй» – ведение мяча вокруг обруча. Прыжки на мячах-хопперах. Эстафеты с бегом и подлезанием. П\и «Мой веселый звонкий мяч». М\п «Кто сказал»	Умение точно выполнять движения
15	Передачи в парах и удары по мячу с разбега	Ходьба, бег, ОРУ с резиновым мячом. Передачи в парах резиновым мячом в чередовании с прокатыванием мяча между ног. Удары по мячу с 3 шагов разбега по воротам. Прыжки с мячом между колен, ползание, толкая мяч головой. П\и «Снежинки и ветер». М\п «Ровным кругом»	Умение взаимодействовать в паре
16	Передачи в парах и удары по мячу с разбега	Ходьба, бег, ОРУ с резиновым мячом. Передачи в парах резиновым мячом в чередовании с прокатыванием мяча между ног. Удары по мячу с 3 шагов разбега по воротам. Прыжки с мячом между колен, ползание, толкая мяч головой. П\и «Снежинки и ветер». М\п «Ровным кругом»	Умение взаимодействовать в паре
17	Ведение мяча и удары по воротам	Ходьба, бег, ОРУ с малым мячом. «Ловкие ножки» – ведение мяча по прямой, «Не потеряй» – ведение мяча вокруг обруча. Удары по воротам с 3 шагов разбега. Полоса препятствия с ползанием и ведением мяча. П\и «Гуси, гуси». Релаксация	Умение точно выполнять движения
18	Ведение мяча и удары по воротам	Ходьба, бег, ОРУ с малым мячом. «Ловкие ножки» – ведение мяча по прямой, «Не потеряй» – ведение мяча вокруг стоек. Удары по воротам с 3 шагов разбега. Эстафеты с бегом и прыжками. П\и «Гуси, гуси». Релаксация	Умение точно выполнять движения
19	Ведение и передачи мяча, остановка мяча	Ходьба, бег, ОРУ с малым мячом. Передачи мяча в парах, останавливая мяч подошвой. Ведение мяча, по сигналу – остановка – нога на мяч. Прыжки на мячах-хопперах. Эстафеты с мячом и мешочком. П\и «Лиса и зайцы». Релаксация	Умение правильно останавливать мяч, четко реагировать на сигнал
20	Ведение и передачи мяча, остановка мяча	Ходьба, бег, ОРУ с малым мячом. Передачи мяча в парах, останавливая мяч подошвой. Ведение мяча, по сигналу – остановка – нога на мяч. Прыжки на мячах-хопперах. Эстафеты с мячом и мешочком. П\и «Лиса и зайцы». Релаксация	Умение правильно останавливать мяч, четко реагировать на сигнал
21	Ведение мяча и удары по воротам	Ходьба, бег, ОРУ с мешочком. «Поворот» – ходьба и бег в колонне с мешочком в руках; по сигналу – поворот кругом, постоять на одной ноге «Ловкие ребята»-ведение между гантелями. Удары по воротам. Ползание с толканием	Умение вести мяч

		головой мяча. Эстафета с мячом. П\и «Самолеты». Релаксация	
22	Ведение мяча и удары по воротам	Ходьба, бег, ОРУ с мешочком. «Остановись» – ходьба врассыпную, по сигналу остановка возле мешочка, нога на мешочке, руки в стороны, постоять. «Ловкие ребята»-ведение между гантелями. Удары по воротам. Ползание с толканием головой мяча. Эстафета с мячом. П\и «Самолеты». Релаксация	Умение вести мяч
23	Ведение, передачи	Ходьба, бег, ОРУ с мешочком. «Ловкие ребята»-ведение между гантелями. Передачи в парах в чередовании с прыжками «Пингвины» (мяч зажат между колен). Эстафета с мячом. П\и «Цветные автомобили». Самомассаж	Умение точно выполнять передачи
24	Ведение, передачи, удары по воротам	Ходьба, бег, ОРУ с мешочком. Ведение по прямой и между стоек; передачи в парах; Удары по воротам. П\и «Цветные автомобили». Самомассаж	Умение выполнять ведение, передачи и удары.
Раздел № 4: Баскетбол			
1	Ознакомление с многообразием действий с мячом.	«Найди свой домик» - ходьба, бег врассыпную, по сигналу поселиться в свой домик – обруч, расположенный на дорожке из обручей. «Наши ножки ловко прыгают под дорожке» - прыжки на двух ногах, с ноги на ногу из обруча в обруч по дорожке из обручей. «Большие – маленькие» - вращение мяча кистями рук по маленькому и большому кругу. «Поздоровались» - ходьба и бег врассыпную с мячом в руках перед грудью, по сигналу найти себе пару, остановиться, поднять мяч вверх, потянуться руками друг к другу, касаясь мячами. П\и «Солнышко и дождик». Игра на внимание	Интерес к мячу
2	Ознакомление с многообразием действий с мячом.	Ходьба, бег, ОРУ с мячами. «Найди свой домик». «Наши ножки ловко прыгают по дорожке». «Большие – маленькие». Ползание между стойками, толкая мяч рукой. П\и «Солнышко и дождик». Игра на внимание	Умение контролировать мяч
3	Ознакомление с многообразием действий с мячом.	Ходьба, бег, ОРУ с мячами. «Обезьянки» - пролезание через обручи «змейкой», обручи расположены на дорожке. «Не отдам мяч» - прыжки, ноги вместе, ноги врозь. «Птички в	Умение контролировать мяч

	мячом.	гнездышках» - прыжки, бег врассыпную. Прыжки на мячах-хопперах. П\и «Лиса и зайцы». Игра на внимание	
4	Катание мяча по скамейке	Ходьба, бег, ОРУ с мячами. «Обезьянки», «Не отдам мяч» Прокатывание мяча по скамейке + прокатывание под дугой с проползанием + прокатывание рукой между конусами. П\и «Лиса и зайцы». Игра на внимание	Умение точно прокатить мяч
5	Ознакомление с многообразием действий с мячом, ловля мяча.	Ходьба, бег, ОРУ с обручами. «Играй, играй, мяч не теряй» - катание мяча в разные стороны, по сигналу поднять мяч вверх. «Быстрее к своему мячу» - пролезть через обручи и построиться возле своего мяча. «Кого назвали, тот ловит» - ловля мяча, брошенного педагогом. П\и «У медведя во бору». Релаксация	Умение поймать мяч
6	Ознакомление с многообразием действий с мячом, ловля мяча.	Ходьба, бег, ОРУ с обручами. «Играй, играй, мяч не теряй» - катание мяча в разные стороны, по сигналу поднять мяч вверх. «Быстрее к своему мячу». «Кого назвали, тот ловит» - ловля мяча, брошенного педагогом. П\и «У медведя во бору». Релаксация	Умение поймать мяч
7	Броски мяча вверх, в пол и ловля	Ходьба, бег, ОРУ с обручами. «Бросай, не зевай» - бросок мяча вниз двумя руками и ловля его после отскока. «Лови, не зевай» - ловля мяча после броска двумя руками вверх. Прыжки на мячах-хопперах. П\и «Карусель». Релаксация	Умение точно бросать и ловить мяч
8	Броски мяча в пол, вверх и ловля	Ходьба, бег, ОРУ с обручами. Броски мяча в пол и ловля. Броски мяча вверх и ловля. Эстафеты с бегом и прыжками. П\и «Карусель». Релаксация	Умение точно бросать и ловить мяч
9	Броски мяча в пол и ловля	Ходьба, бег, ОРУ с кольцом. Броски мяча в пол и ловля, стоя на кружочке (не сходить с места) «Обезьянки» - пролезание через обручи «змейкой», обручи расположены на дорожке. Прыжки на мячах-хопперах, прыжки с зажатым между колен мячом. П\и «Мой веселый звонкий мяч» М\п «Кто в мешке»	Умение точно бросать и ловить мяч
10	Броски мяча в парах с отскоком от пола	Ходьба, бег, ОРУ с кольцом. Броски мяча в парах с отскоком от пола. Передачи мяча по кругу (Чье звено быстрее) «Обезьянки» - пролезание через обручи «змейкой», обручи расположены по кругу. Эстафеты с ходьбой и бегом. П\и «Мой веселый звонкий мяч» М\п «Кто ушел»	Умение точно бросать и ловить мяч

11	Броски мяча вдаль	«Поздоровались» - ходьба и бег врассыпную с мячом в руках перед грудью, по сигналу найти себе пару остановиться, поднять мяч вверх, потянуться руками друг к другу, касаясь мячами. ОРУ с кольцом. «Носильщики» - командами катать мячи, собрать в корзину. Броски мяча вдаль через веревку. П\и «Найди себе пару» Тренировка дыхания	Умение точно бросать мяч
12	Броски мяча вдаль	«Поздоровались» - ходьба и бег врассыпную с мячом в руках перед грудью, по сигналу найти себе пару остановиться, поднять мяч вверх, потянуться руками друг к другу, касаясь мячами. ОРУ с кольцом. «Носильщики» - командами катать мячи, собрать в корзину. Броски мяча вдаль через веревку. П\и «Найди себе пару» Тренировка дыхания	Умение точно бросать и ловить мяч
13	Ознакомление с многообразием действий с мячом	«Подними мяч» - ходьба, бег врассыпную, по сигналу быстро поднять мяч, лежащий на полу. ОРУ «Быстрее к своему мячу» - пролезть через обручи и построиться возле своего мяча (больш, маленьк) «Пролезь быстрее» - с мячом в руках пролезть через обручи змейкой+ Броски двумя руками от груди вдаль. П\и «Найди себе пару». Самомассаж	Умение точно бросать и ловить мяч
14	Ознакомление с многообразием действий с мячом	«Подними мяч» - ходьба, бег врассыпную, по сигналу быстро поднять мяч, лежащий на полу. ОРУ «Быстрее к своему мячу» - пролезть через обручи и построиться возле своего мяча (больш, маленьк) «Пролезь быстрее» - с мячом в руках пролезть через обручи змейкой. Броски в пол и ловля П\и «Самолеты». Пальчиковая гимнастика	Умение правильно бросать мяч
15	Ловля мяча, передачи	«Поздоровались» - ходьба и бег врассыпную, ОРУ. «Кого назвали, тот ловит» - ловля мяча, брошенного педагогом. «Треугольник» - прокатывание мяча в тройках. «Чье звено быстрее» - передача мяча по кругу. П\и «Самолеты» М\п «Кто в мешке»	Умение правильно ловить мяч
16	Ловля мяча, передачи	«Поздоровались» - ходьба и бег врассыпную, ОРУ. «Кого назвали, тот ловит» - ловля мяча, брошенного педагогом. «Треугольник» - прокатывание мяча в тройках. «Чье звено быстрее» - передача мяча по кругу. П\и «Самолеты».	Умение правильно ловить мяч

		Пальчиковая гимнастика	
17	Броски мяча вдаль	«Поздоровались» - ходьба и бег врассыпную с мячом в руках перед грудью, по сигналу найти себе пару остановиться, поднять мяч вверх, потянуться руками друг к другу, касаясь мячами. ОРУ с кольцом. «Носильщики» - командами катать мячи, собрать в корзину. Броски мяча вдаль через веревку. П\и «Лиса и зайцы» Тренировка дыхания	Умение точно бросать мяч
18	Броски мяча вдаль	«Поздоровались» - ходьба и бег врассыпную с мячом в руках перед грудью, по сигналу найти себе пару остановиться, поднять мяч вверх, потянуться руками друг к другу, касаясь мячами. ОРУ с кольцом. «Носильщики» - командами. П\и «Лиса и зайцы» Тренировка дыхания	Умение точно бросать мяч
19	Ловля мяча, бросок двумя руками от груди	«Подними мяч» - ходьба, бег врассыпную, по сигналу быстро поднять мяч, лежащий на полу. ОРУ. «Лови, не зевай» - ловля мяча после броска двумя руками вверх. «Мяч в обруч» - бросок мяча двумя руками от груди в обруч, догнать мяч, пролезая в обруч. «Кого назвали-тот ловит». П\и «Мой веселый звонкий мяч» Пальчиковая гимнастика.	Умение точно ловить и бросать мяч
20	Ловля мяча, бросок двумя руками от груди	«Подними мяч» - ходьба, бег врассыпную, по сигналу быстро поднять мяч, лежащий на полу. ОРУ. «Лови, не зевай» - ловля мяча после броска двумя руками вверх. «Мяч в обруч» - бросок мяча двумя руками от груди в обруч, догнать мяч, пролезая в обруч. «Кого назвали-тот ловит». П\и «Мой веселый звонкий мяч» Пальчиковая гимнастика.	Умение точно ловить и бросать мяч
21	Ведение мяча на месте	«Прыг-скок» - ведение мяча на месте. «Носильщики» - командами катать мячи, собрать в корзину. Прыжки на фитболах. П\и «Гуси, гуси». М\п «Кто ушел»	Умение прыгать на мячах
22	Ведение мяча на месте	«Прыг-скок» - ведение мяча на месте. «Носильщики» - командами катать мячи, собрать в корзину. Прыжки на фитболах. П\и «Гуси, гуси». М\п «Кто ушел»	Умение отбивать мяч от пола

23	Прокатывание мяча.	«Поздоровались» - ходьба и бег врассыпную с мячом в руках перед грудью с заданием на сигнал. «Треугольник» - прокатывание мяча в тройках. «Быстрее к своему мячу». П\и «Солнышко и дождик». Пальчиковая гимнастика.	Овладение элементами баскетбольной техники
24	Отбивание на месте.	«Поздоровались» - ходьба и бег врассыпную с мячом в руках перед грудью с заданием на сигнал. «Треугольник» - прокатывание мяча в тройках. «Быстрее к своему мячу». «Прыг-скок». П\и «Солнышко и дождик». Пальчиковая гимнастика.	Овладение элементами баскетбольной техники

### 1.4 Планируемые результаты:

Настольный теннис: знакомятся с ракеткой и шариком для игры, овладевают простейшими действиями с мячом.

Хоккей: знакомятся с шайбой и клюшкой и простейшими действиями с ними.

Футбол: овладевают элементарными действиями с мячом (ведение, удар по неподвижному мячу, остановка мяча)

Баскетбол: овладевают различными действиями с мячом (катание, бросание, ловля, перебрасывание)

## Раздел №2 «Комплекс организационно- педагогических условий»

### 2.1.Календарный учебный график на 2019-2020 уч. год

№ п/п	Кол-во часов (1 академический час=15 мин)	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
-------	---	--------------	------------------	----------------

1	1 час в каждой группе	«Давайте познакомимся»	Спортивный зал	Журнал посещаемости
2	1 час в каждой группе	Ловкий мячик	Спортивный зал	Журнал посещаемости
3	1 час в каждой группе	Покатаем мячики	Спортивный зал	Журнал посещаемости
4	1 час в каждой группе	Покатаем мячики вдвоем	Спортивный зал	Журнал посещаемости
5	1 час в каждой группе	Прокатывание мячиков	Спортивный зал	Журнал посещаемости
6	1 час в каждой группе	Броски мячиков	Спортивный зал	Журнал посещаемости
7	1 час в каждой группе	Катание в парах	Спортивный зал	Журнал посещаемости
8	1 час в каждой группе	Гонка мячей	Спортивный зал	Журнал посещаемости
9	1 час в каждой группе	Ознакомление с клюшкой и шайбой	Спортивный зал	Журнал посещаемости
10	1 час в каждой группе	Ведение мяча клюшкой	Спортивный зал	Журнал посещаемости
11	1 час в каждой группе	Ведение мяча клюшкой	Спортивный зал	Журнал посещаемости
12	1 час в каждой группе	Удары по неподвижному мячу	Спортивный зал	Журнал посещаемости
13	1 час в каждой группе	Удары по воротам	Спортивный зал	Журнал посещаемости
14	1 час в каждой группе	Передачи в парах	Спортивный зал	Журнал посещаемости
15	1 час в каждой группе	Ведение прямо и змейкой	Спортивный зал	Журнал посещаемости
16	1 час в каждой группе	Передачи в парах, ведение «змейкой», удары по воротам	Спортивный зал	Журнал посещаемости
17	1 час в каждой группе	Ведение и передачи	Спортивный зал	Журнал посещаемости
18	1 час в каждой группе	Ведение, передачи, удары	Спортивный зал	Журнал посещаемости
19	1 час в каждой группе	Знакомство с футболом Мячи-шалунишки	Спортивный зал	Журнал посещаемости
20	1 час в каждой группе	Ловкие мячики	Спортивный зал	Журнал посещаемости
21	1 час в каждой группе	«Ловкие ножки»	Спортивный зал	Журнал посещаемости
22	1 час в каждой группе	«Догони» - удары по мячу	Спортивный зал	Журнал посещаемости
23	1 час в каждой группе	«Ловкие ножки» - ведение	Спортивный зал	Журнал посещаемости
24	1 час в каждой группе	«Гонка мячей» - ведение	Спортивный зал	Журнал посещаемости
25	1 час в каждой группе	«Догони»	Спортивный зал	Журнал посещаемости
26	1 час в каждой группе	«Попади в ворота»	Спортивный зал	Журнал посещаемости
27	1 час в каждой группе	«Попади в ворота»	Спортивный зал	Журнал посещаемости
28	1 час в каждой группе	«Гонка мячей» - ведение	Спортивный зал	Журнал посещаемости
29	1 час в каждой группе	Догони» - удары по мячу	Спортивный зал	Журнал посещаемости
30	1 час в каждой группе	Ловкие мячики	Спортивный зал	Журнал посещаемости

31	1 час в каждой группе	«Не потеряй»	Спортивный зал	Журнал посещаемости
32	1 час в каждой группе	Передачи в парах	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
33	1 час в каждой группе	Догони» - удары по мячу	Спортивный зал	Журнал посещаемости
34	1 час в каждой группе	«Попади в ворота»	Спортивный зал	Журнал посещаемости
35	1 час в каждой группе	«Ловкие ножки» -ведение	Спортивный зал	Журнал посещаемости
36	1 час в каждой группе	«Не потеряй»	Спортивный зал	Журнал посещаемости
37	1 час в каждой группе	Догони» - удары по мячу	Спортивный зал	Журнал посещаемости
38	1 час в каждой группе	«Гонка мячей» - ведение	Спортивный зал	Журнал посещаемости
39	1 час в каждой группе	Ловкие мячики	Спортивный зал	Журнал посещаемости
40	1 час в каждой группе	Ознакомление с многообразием действий с мячом.	Спортивный зал	Журнал посещаемости
41	1 час в каждой группе	Ознакомление с многообразием действий с мячом.	Спортивный зал	Журнал посещаемости
42	1 час в каждой группе	Ознакомление с многообразием действий с мячом.	Спортивный зал	Журнал посещаемости
43	1 час в каждой группе	Катание мяча по скамейке	Спортивный зал	Журнал посещаемости
44	1 час в каждой группе	Ловля мяча	Спортивный зал	Журнал посещаемости
45	1 час в каждой группе	«Играй, играй мяч не теряй»	Спортивный зал	Журнал посещаемости
46	1 час в каждой группе	«Играй, не зевай»	Спортивный зал	Журнал посещаемости
47	1 час в каждой группе	Броски в пол и ловля	Спортивный зал	Журнал посещаемости
48	1 час в каждой группе	Броски в пол и ловля	Спортивный зал	Журнал посещаемости
49	1 час в каждой группе	«Играй, играй мяч не теряй»	Спортивный зал	Журнал посещаемости
50	1 час в каждой группе	«Играй, играй мяч не теряй»	Спортивный зал	Журнал посещаемости
51	1 час в каждой группе	Броски вдаль	Спортивный зал	Журнал посещаемости
52	1 час в каждой группе	Броски вдаль	Спортивный зал	Журнал посещаемости
53	1 час в каждой группе	Броски в пол и ловля	Спортивный зал	Журнал посещаемости
54	1 час в каждой группе	Броски в пол и ловля	Спортивный зал	Журнал посещаемости
55	1 час в каждой группе	Ознакомление с многообразием действий с мячом	Спортивный зал	Журнал посещаемости
56	1 час в каждой группе	Ознакомление с многообразием действий с мячом	Спортивный зал	Журнал посещаемости
57	1 час в каждой группе	Броски и ловля	Спортивный зал	Журнал посещаемости
58	1 час в каждой группе	Броски и ловля	Спортивный зал	Журнал посещаемости
59	1 час в каждой группе	Передачи в парах	Спортивный зал	Журнал посещаемости
60	1 час в каждой группе	Передачи в парах	Спортивный зал	Журнал посещаемости
61	1 час в каждой группе	Ознакомление с многообразием действий с мячом	Спортивный зал	Журнал посещаемости

62	1 час в каждой группе	Ознакомление с многообразием действий с мячом	Спортивный зал	Журнал посещаемости
63	1 час в каждой группе	Ведение, отбивание на месте	Спортивный зал	Журнал посещаемости
64	1 час в каждой группе	Ведение, отбивание на месте	Спортивный зал	Итоговая аттестация

## 2.2. Условия реализации программы:

**Место проведения:** спортивный зал

Перечень средств обучения и воспитания	
Наименование	Количество
Футбольные мячи (звезды)	13
Гимнастические палки деревянные	39
Ворота футбольные	2
Дуги прямоугольные желтые	2
Стойки-ориентиры разноцветные	6
Обручи разноцветные d – 50 см	8
Мячи резиновые баскетбольные Demix красные	18
Мячи мягкие тканевые	26
Мячи-ежи твердые	20
Конусы оранжевые без отверстий	6
Мячи с символикой ЧМ по футболу 2018	2
Фитболы с «рожками» d-45 см разноцветные	6
Фитболы с «рожками» d-55 см желтые	2
Бадминтон (2 ракетки и волан)	16
Клюшки хоккейные большие красные	5

Клюшки маленькие красно-синие	10
Шайбы	8
Ракетки для настольного тенниса	15
Мячи для тенниса	15
Набор кеглей (6 кеглей + шар)	2
Гантели большие	9
Скамейки гимнастические	2
Щит баскетбольный	1
Сетка волейбольная	1
Маты гимнастические 98*193	4
«Островок» большой	4
«Островок» маленький	10

Занятия проводит инструктор по физкультуре МАДОУ «Детский сад № 435»

**Новикова Елена Александровна**

**Образование:** высшее, Нижегородский Государственный Педагогический Университет, специальность «Физическая культура и спорт»

**Должность:** инструктор по физкультуре

**Квалификационная категория:** первая

**Педагогический стаж:** 20 лет

**Стаж работы в данном учреждении:** 15 лет

**Стаж работы в дополнительном образовании :** 15 лет

### 2.3. Формы аттестации

Для определения результативности освоения программы используются следующие формы аттестации:

1. форма отслеживания и фиксации образовательных результатов: журнал посещаемости, итоговые занятия;
2. формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: открытые занятия.

### 2.4. Оценочные материалы

<b>Настольный теннис</b>	<b>1. «Подбрось-поймай» - (чувство «мяча» - глазомер, количество повторений) 2. «Отрази мяч» (подвешенный на веревочке, количество раз). 3. «Постой на ракетке» (постоять на ракетке на одной ноге в сек).</b>
<b>Хоккей</b>	<b>1. Ведение шайбы клюшкой, не отрывая клюшку от шайбы ( техника, глазомер, скорость передвижения). 2. Удары по воротам с места (меткость, сила) 3. Ведение шайбы между предметами</b>
<b>Баскетбол</b>	<b>1. Бег 10 метров с ходу (скорость бега, быстрота) 2.Броски мяча в вертикальную цель с расстояния 2-х метров ( глазомер, сила) 3. Бросание и ловля мяча с расстояния 1,5-2 метров (техника, ловкость)</b>
<b>Футбол</b>	<b>1. Бег 10 метров с ходу (скорость бега, быстрота) 2. Удар по неподвижному мячу (техника, сила удара, расстояние). 3. Ведение по прямой 5 метров (техника, скорость). 4. Удары по воротам 3 раза с расстояния 2-х метров (число попаданий)</b>

## 2.5 Методические материалы

При разработке Программы использовались следующие принципы:

- ✓ Развивающего и воспитывающего обучения;
- ✓ Научной обоснованности и практической применимости;
- ✓ Активности и самостоятельности, наглядности и доступности, систематичности и индивидуализации.
- ✓ Соответствия критериям полноты, необходимости и достаточности;
- ✓ Единства воспитательных, образовательных, развивающих задач;
- ✓ Интеграции образовательных областей;
- ✓ Ориентации на возрастные и индивидуальные особенности детей;
- ✓ Совместной исполнительской деятельности взрослого и детей.

Формирование предпосылок к исполнительской деятельности совершается на основе:

- ✓ Личностно-развивающего и гуманистического взаимодействия взрослого с детьми, ориентированного на интересы детей;
- ✓ Реализации программы в формах, специфичных для детей данной возрастной группы;
- ✓ Возможность освоения программы на разных этапах её реализации;
- ✓ Такого построения образовательного процесса, при котором ребёнок является субъектом образовательных отношений.

Реализация Программы способствует созданию следующих условий:

- ✓ Обеспечение эмоционального благополучия каждого ребёнка;

- ✓ Поддержка индивидуальности и инициативы детей;
- ✓ Взаимодействие с семьями воспитанников.

Всё это позволяет обеспечить:

- ✓ Равные возможности усвоения Программы каждым ребёнком;
- ✓ Развитие творческой деятельности;
- ✓ Воспитание инициативности, самостоятельности у ребёнка;
- ✓ преемственность целей, задач, содержания образования, реализуемых в рамках Программы;
- ✓ вариативность и разнообразие методических приёмов;
- ✓ формирование предпосылок к исполнительской деятельности;
- ✓ создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

Основная форма организации образовательного процесса: игровое занятие, которое включает в себя такие формы работы как:

- ✓ Физические упражнения
- ✓ Подвижные игры и эстафеты
- ✓ Соревнования
- ✓ Игры на внимание, релаксация
- ✓ Пальчиковая гимнастика

Игровой метод придаёт образовательно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Образовательная деятельность строится на основе использования следующих технологий:

- здоровьесберегающие (упражнения для релаксации, снятия мышечного напряжения, разминки, контроль за правильной осанкой); структура занятия соответствует психофизиологическим особенностям дошкольника);
- развивающего обучения;
- группового обучения

### Структура занятия :

№п/п	Части занятия	Продолжительность
1.	Подготовительная (построение, создание мотивации, различные виды ходьбы и бега)	3-4 мин
2.	Основная (ОРУ, освоение техники движений, развитие физических качеств, подвижная игра)	7-8 мин
3.	Заключительная (малоподвижная игра, релаксация, подведение итогов)	2-3 мин

Опыт работы по данной Программе позволяет надеяться, что дошкольники почувствуют себя более уверенными, активными, самостоятельными исполнителями.

## **2.6 Список литературы:**

1. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. – Белый город, 2013
2. Гришин В.Г. Игры с мячом и ракеткой. – Москва, Просвещение, 1992
3. Николаева Н.И. Школа мяча. – Санкт-Петербург, Детство- Пресс, 2012