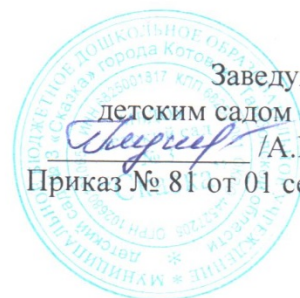


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 3 «Сказка» города Котова Тамбовской области

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
МБДОУ детского сада № 3 «Сказка»
от «__» июля 202_г. Протокол №



«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ
детским садом № 3 «Сказка»
/А.В. Глушенкова/
Приказ № 81 от 01 сентября 2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Весёлый мяч»
(стартовый уровень)**

Возраст обучающихся: 5 – 6 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:
Родионова Татьяна Николаевна, воспитатель.



г. Котовск, 2025 г.

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ:	СТР:
Блок №1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Веселый мяч»		
1.1	Пояснительная записка	4
1.2	Цели и задачи программы	7
1.3	Содержание программы	8
1.4	Планируемые результаты освоения программы	16
Блок №2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Веселый мяч»		
2.1.	Календарный учебный график	17
2.2.	Условия реализации программы Материально-техническое обеспечение программы	21
2.3.	Оценочные материалы	21
3	Список литературы	23

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

1. Учреждение	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №3 «Сказка» города Котовска Тамбовской области
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Весёлый мяч»
3. Сведения о составителе 3.1.Ф.И.О., должность	Родионова Татьяна Николаевна, воспитатель.
4. Сведения о программе 4.1.Нормативная база	Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р). Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 27

	июля 2022 г. № 629). Приказ Министерства Просвещения России от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями). Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении СП 2.4.4.3648-20. "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Положение о правилах оказания дополнительных платных образовательных услуг в МБДОУ детском саду №3 «Сказка» (Приказ от 10.01.2022 г. №4)
4.2. Вид	общеразвивающая
4.3. Направленность	физкультурно-оздоровительная
4.4. Уровень освоения программы	стартовый уровень
4.5. Область применения	физическая культура, ЗОЖ
4.6. Продолжительность обучения	9 месяцев
4.7. Год разработки программы	2025
4.8. Возрастная категория обучающихся	5-6 лет

Блок №1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Веселый мяч»

1.1. Пояснительная записка

Общеразвивающая программа дополнительного образования «Веселый мяч» (далее – Программа) - это нормативно управленческий документ МБДОУ детского сада № 3 «Сказка» (далее – ДОУ), характеризующий специфику содержания образования, особенности организации образовательного процесса, характер оказываемых услуг детям 5 – 6 лет по развитию физкультурно-спортивной направленности.

Физическое воспитание играет главную роль во всестороннем развитии современного дошкольника. Дошкольный возраст – это возраст, в котором закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств, формирования основ здорового образа жизни. В детском организме заложены большие возможности для тренировок, а это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания ДОУ. Ведь освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом.

В играх и действиях с мячом дошкольники совершенствуют навыки большинства основных движений. Вместе с тем игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. В ходе игр дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, ведении мяча, но и также в ходьбе, беге, прыжке. Все эти движения дети выполняют в постоянно изменяющейся обстановке. А это способствует формированию у детей старшего дошкольного возраста умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры.

Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации и способах проведения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка. Разнообразные спортивные упражнения позволяют всесторонне воздействовать на мышечную систему детей. Укреплять их костный аппарат, развивать дыхательную и сердечно – сосудистую системы, регулировать обмен веществ, усиливая его функциональный эффект. Элементы спорта помогают значительно повысить функциональные возможности детского организма. Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом.

Актуальность программы.

Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопие, вызывает задержку возрастного развития.

Чтобы удовлетворить потребность детей в двигательной активности в детском саду необходимо проводить дополнительные услуги по физическому развитию.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры. Поэтому упражнения с мячом и стали основой для составления данной программы. Программа обеспечивает достижения воспитанниками готовности к школе, а именно необходимый и достаточный уровень развития ребёнка для успешного освоения им в дальнейшем основной общеобразовательной программой начального общего образования по предмету «Физическая культура».

Отличительная особенность программы.

Программа определяет содержание и организацию работы с детьми 5 – 6 лет в рамках кружка по физическому развитию «Веселый мяч». Данная программа построена на принципе личностно-ориентированного взаимодействия взрослого с детьми и направлена на развитие координации и ловкости движений, чувства ритма, гибкости, пластичности, внимания и быстроты реакции, способствует воспитанию у дошкольников осознанного отношения к своему здоровью, развитию навыков общения.

Программа разработана на основе программы Н.И. Николаевой «Школа мяча» и является дополнительным видом образования в форме кружковой работы.

Содержание Программы соответствует целям, задачам и направлениям деятельности учреждения, закрепленным в нормативно-правовых документах: Уставе, Лицензии, Программе развития и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста.

Отличительная особенность программы заключается в следующем:

- уважение к ребенку, к процессу и результатам его деятельности в сочетании с разумной требовательностью;
- систематичность и последовательность занятий;
- вариативность содержания и форм проведения занятий;

- адекватность требований и нагрузок, предъявляемых к ребенку в процессе занятий;
- постепенность и систематичность в освоении и формировании знаний, умений, навыков, в освоении спортивных упражнений.
- индивидуализация, переход к следующему этапу только после освоения предыдущего материала;
- занимательность, формирование желания выполнять предъявленные требования;
- сотрудничество, создание в ходе занятия атмосферы доброжелательности, эмоциональной раскрепощенности.

Обучение и воспитание базируются на знании психологических, физиологических и физических особенностей детей дошкольного возраста.

Программа предполагает повышение компетентности родителей в вопросах создания условий для развития организованности, ответственности дошкольника, умений взаимодействия со взрослыми и детьми, способствовать развитию начал социальной активности в совместной с родителями деятельности.

Адресат программы.

Программа рассчитана на старший дошкольный возраст детей 5-6 лет. В этом возрасте скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

Дошкольники самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений).

Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 1 год обучения - 34 часа (с сентября 2025 по май 2026 года).

Форма обучения - очная.

Особенности организации образовательного процесса.

Реализуется в объединении по интересам с постоянным составом. Занятия проводятся в группе, сформированных из воспитанников двух старшей группы

Наполняемость учебной групп – до 12 человек. Набор в группы осуществляется на основе свободного выбора дополнительной образовательной программы. Прием заявлений о зачислении в объединение по интересам осуществляется в течение всего учебного года.

Форма обучения: специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом. Место проведения: спортивный зал, спортивная площадка МБДОУ

Режим занятий.

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность не превышает время, предусмотренное физиологическими особенностями возраста детей и «Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами»: 25 минут.

1.2. Цели и задачи программы

ЦЕЛЬ: Создание условий для двигательной активности детей через проведение подвижных игр с мячом, научить детей элементам спортивных игр с мячом (баскетбол, волейбол, пионербол)

ЗАДАЧИ:

Обучающие:

- познакомить детей с историей возникновения мяча, его разновидностями.
- познакомить детей с историей, правилами и элементами спортивных игр: баскетбол, пионербол, волейбол;
- учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.
- формировать навыки самооценки, самоанализа своих достижений

Развивающие:

- развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;
- формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, забрасывание в корзину, подача мяча, блокирование, ведение мяча и умение применять их в игровой ситуации;
- развивать способность действовать мячом на достаточно высоком уровне.
- поддерживать интерес детей к занятиям физическими упражнениями и спортом, интерес к спортивным играм;
- Способствовать развитию речи детей, пополнению активного и пассивного словаря детей с использованием спортивной терминологии.

Оздоровительные:

- способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей.

Воспитывающие:

- способствовать формированию общей культуры поведения и спортивной этики детей, в том числе ценности здорового образа жизни;

- воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.
- воспитывать навыки личной безопасности и чувство самосохранения, способность управлять своим поведением и планировать свои действия.

1.3. Содержание программы

Учебный план

Срок и	Раздел. Тема.	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
Сентябрь-ноябрь	1. Обучение технике передачи – ловли мяча			
	Вводное занятие	0.5	0.5	1
	Бросание мяча вверх и ловля его двумя (одной) руками.			
	Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками.	0.25	0.75	1
	Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.	0.25	0.75	1
	Передача мяча двумя руками от груди при движении парами.	0.25	0.75	1
	Скатывание мяча по наклонной доске	0.25	0.75	1
	Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его.	0.25	0.75	1
	Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его.	0.25	0.75	1
	Бросание мяча вверх с хлопком за спиной и ловля его двумя руками.	0.25	0.75	1
	Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево).	0.25	0.75	1
	Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны.	0.25	0.75	1
	Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его.	0.25	0.75	1
	Бросание мяча из-за головы двумя руками вдаль и через сетку.	0.25	0.75	1
	Передача мяча по кругу вправо, влево (произвольным способом).	0.25	0.75	1
Декабрь-февраль	2. Ведение мяча			
	Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками из положения стоя;	0.25	0.75	1
	Ведение мяча на месте правой (левой) рукой.	0.25	0.75	1
	Удары мячом об пол одной рукой и	0.25	0.75	1

	ловля его двумя руками при ходьбе;			
	Ведение мяча на месте правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).	0.25	0.75	1
	Ведение мяча с изменением: а) направления передвижения, б) скорости передвижения, в) высоты отскока мяча.	0.25	0.75	1
	Ведение мяча правой (левой) рукой и остановка после него.	0.25	0.75	1
	Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча.	0.25	0.75	1
	Ведение мяча на месте поочередно правой и левой рукой.	0.25	0.75	1
	Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.	0.25	0.75	1
	Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).	0.25	0.75	1
Март-май	3. Броски мяча в корзину			
	Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом.	0.25	0.75	1
	Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через веревку или сетку.	0.25	0.75	1
	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места.	0.25	0.75	1
	Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).	0.25	0.75	1
	Метание мяча в обруч, расположенный на полу (с расстояния 2-2,5м), снизу, сверху и из-за головы.	0.25	0.75	1
	Бросок мяча в корзину после ведения (с фиксацией остановки).	0.25	0.75	1
	Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.	0.25	0.75	1
	Метание мяча в баскетбольный щит (размер 120X90см), установленный на разной высоте.	0.25	0.75	1
	Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.	0.25	0.75	1
	4. Развлечение			
	Развлечение (игры, эстафеты)		2	2
Всего часов				34

Содержание учебного плана.

Действия с мячом.

Выработать у детей определенные умения обращаться с мячом, ощущать его

свойства и производить движения в соответствии с ними. Упражнять детей в разнообразных действиях, а также стимулировать свободные игры с мячом самостоятельной двигательной деятельности.

Ловля мяча.

Учить детей встречать мяч руками как можно раньше, образуя из пальцев как бы половину полого шара, в который должен поместиться мяч. Научить ребенка следить за полетом мяча и, как только мяч прикоснется к кончикам пальцев, захватить его и подтянуть к себе амортизирующим движением. При этом одновременно сгибать ноги так, чтобы принять положение исходной стойки.

Передача мяча.

Одновременно с ловлей мяча необходимо обучать детей передаче его двумя руками с места, а в дальнейшем в движении. При передаче ребенок должен описать мячом небольшую дугу к туловищу — вниз — на грудь и, разгибая руки вперед, от себя послать мяч активным движением кисти, одновременно разгибая ноги. Такая техника передачи мяча осваивается детьми постепенно.

Ведение мяча.

На начальном этапе обучения детям пятилетнего возраста более доступно ведение мяча с высоким отскоком, потому что оно не требует низкой стойки. Затем появляется возможность научить ребенка передвигаться на полусогнутых ногах. И наконец, он легко осваивает ведение мяча с обычным отскоком по прямой, с изменением направлений, а также при противодействии другого игрока.

Броски мяча в корзину.

Привитие дошкольникам навыков броска двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места следует из такого же исходного положения, как и при передаче мяча. Удерживая мяч на уровне груди, ребенок должен описать им небольшую дугу вниз на себя и, выпрямляя руки вверх, бросить его с одновременным разгибанием ног. Кисти и пальцы при этом мягким толчком направляют мяч в корзину.

Бросок мяча в корзину после ведения или после ловли его, когда ребенок получает мяч выбегая к щиту, чаще всего производится одной рукой от плеча.

Месяц	Тема	Задачи	Содержание
Сентябрь	Вводное занятие Бросание мяча вверх и ловля его двумя	Познакомить с историей возникновения мяча, играми с мячом. Формировать умение действовать с мячом, бросать мяч вверх и ловить его	1. Ходьба друг за другом 2. Толкнуть лежащий мяч, догнать и поднять его за другом 3. Бросание мяча вверх и ловля его двумя (одной) руками.

	(одной) руками.	двумя (одной) руками.	4. Удары мяча о землю и ловля его двумя руками Игра «Подбрось повыше» Игра «Сбей кеглю»
	Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками.	Формировать умение владеть мячом, приучать не мешать товарищу по игре, воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.	1. Ходьба друг за другом с мячом в руках 2. Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками. 3. Катание мяча, наклонившись, обеими руками Свободная игра детей с мячом на площадке
	Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.	Формировать умение действовать с мячом, научить быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание.	1. Ходьба друг за другом с мячом в руках 2. Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его. 3. Бросание мяча вверх с хлопком в ладоши и ловля его Подвижная игра «Играй, играй, мяч не теряй» Малоподвижная игра «Будь внимателен»
	Передача мяча двумя руками от груди при движении парами.	Учить передаче мяча, закреплять умение быстро реагировать на сигнал, способствовать развитию ориентировки в пространстве.	1. Свободная игра детей с мячом на площадке 2. Передача мяча двумя руками от груди при движении парами. 3. Бросание мяча в стенку (или в щит) и ловля его после отскока
Октябрь	Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его.	Формировать навыки передачи мяча, совершенствовать навык ловли мяча, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть	1. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока 2. Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его. Игра «10 передач» Подвижная игра «Обгони мяч» Игровое упражнение «Подбрось, поймай, упасть не давай».
	Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его.	Учить детей в бросании мяча вверх перед собой с хлопком и ловли его, развивать внимание и ориентировку в пространстве Учить действовать сообща в паре, развивать ловкость, координацию.	1. Передача мяча двумя руками от груди стоя парами. 2. Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его. Игра «У кого меньше мячей» Подвижная игра «Обгони мяч» Произвольная игра детей с мячом на площадке
	Бросание мяча вверх с хлопком за спиной и ловля его двумя руками.	Совершенствовать навыки бросания мяча вверх с хлопком за спиной и ловли его двумя руками, развивать умение точно бросать мяч в определенном направлении; воспитывать умения согласовывать	1. Передача мяча двумя руками от груди стоя парами 2. Бросание мяча вверх с хлопком за спиной и ловля его двумя руками. Игра «Мяч водящему»

		свои действия с движениями товарища Развивать мышцы пальцев и кисти.	Подвижная игра «Поймай мяч» Игра «Сделай фигуру».
	Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево).	Упражнять детей в передаче мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево), воспитывать внимание, способствовать развитию точности движения. Совершенствовать технику бега, координацию движений рук и ног.	1. Передача мяча по очереди друг другу сперва в правую, затем в левую сторону 2. Подвижная игра «Поймай мяч» Игровое упражнение «Попади в круг». Подвижная игра «Стой!».
Ноябрь	Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны.	Совершенствовать навыки передачи ловли мяча; воспитывать организованность, ответственность за свои действия перед командой. Развивать внимание, быстроту и ловкость.	1. Свободная игра детей с мячом на площадке 2. Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны. Подвижная игра «За мячом» Игра «Мяч водящему» Игровое упражнение «Догони».
	Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его.	Учить детей ударять мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловли его., способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве.	1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой 2. Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой Подвижная игра «За мячом» Свободная игра с мячом на площадке
	Бросание мяча из-за головы двумя руками вдаль и через сетку.	Закрепить умение бросания мяча из-за головы двумя руками вдаль и через сетку, способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве.	1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой 2. Бросание мяча из-за головы двумя руками вдаль и через сетку. 3. Ведение мяча вокруг себя правой, затем левой рукой Игровое упражнение «Веселый мяч». Подвижная игра «Найди себе пару».
	Передача мяча по кругу вправо, влево (произвольным способом).	Закреплять умение передавать мяч по кругу вправо, влево (произвольным способом), учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих силах.	1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя руками 2. Передача мяча по кругу вправо, влево (произвольным способом). 3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом) Игровое упражнение «Веселый мяч». Подвижная игра «Стрелок».

Декабрь	Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками из положения стоя;	Формировать умение действовать с мячом, реагировать на сигнал, развивать умение ориентироваться в пространстве.	1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками из положения стоя; 2. Игровое упражнение «Попади в мишень». Подвижная игра «Прокати и догони».
	Ведение мяча на месте правой (левой) рукой.	Учить детей вести мяч, продвигаясь вперед. Совершенствовать навыки ловли — передачи мяча. Упражнять в умении быстро реагировать на сигналы. Развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, координацию движений.	1. Ведение мяча на месте, не глядя на него 2. Ведение мяча правой и левой рукой, продвигаясь произвольно по площадке Подвижная игра «Займи свободный кружок» Игровое упражнение «Попади в мишень».
	Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками при ходьбе;	Учить детей вести мяч, продвигаясь вперед, развивать ловкость и координацию движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения. Развивать ловкость, координацию движений.	1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой, меняя высоту его отскока 2. Ведение мяча правой, левой рукой, свободно передвигаясь по площадке Подвижная игра «Мотоциклисты» Игра «Поймай мяч» Малоподвижная игра «Будь внимателен»
	Ведение мяча на месте правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).	Закреплять у детей умение вести мяч на месте правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Развивать внимание, умение сосредотачиваться на определенном предмете, быстроту мышления.	1. Ведение мяча правой, левой рукой, продвигаясь бегом Подвижная игра «Мотоциклисты» Игра «Мяч водящему Игровое упражнение «Мячи шалунишки». Подвижная игра «Лови, не лови».
Январь	Ведение мяча с изменением: а) направления передвижения, б) скорости передвижения, в) высоты отскока мяча.	Закреплять у детей умение вести мяч по прямой, с изменением: а) направления передвижения, б) скорости передвижения, в) высоты отскока мяча. упражнять в ловле — передаче мяча. Способствовать развитию координации движений, ловкости.	1. Ведение мяча правой, левой рукой, продвигаясь бегом 2. Ведение мяча с изменением: а) направления передвижения, б) скорости передвижения, в) высоты отскока мяча. Игровое упражнение «Мяч с горки». Подвижная игра «Найди себе пару».
	Ведение мяча правой (левой) рукой и остановка после него.	Формировать ловкость действий с мячом, совершенствовать ведение мяча в беге. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера.	1. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой 2. Ведение мяча по кругу друг за другом правой и левой рукой 3. Ведение мяча правой и левой рукой, свободно продвигаясь по

			площадке Подвижная игра «Займи свободный кружок» Броски мяча в корзину с места
	Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча.	Учить детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения. Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости.	1. Ведение мяча правой и левой рукой, остановка шагом и передача мяча 2. Ведение мяча с изменением направления передвижения 3. Эстафета ведения мяча Подвижная игра «Мотоциклисты»
Февраль	Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.	Учить детей в чередовании подбрасывания мяча с ударами об пол. передавать мяч в движении, упражнять в ведении мяча; способствовать развитию глазомера. Развивать мышцы пальцев и кисти.	1. Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол. 2. Передача мяча друг другу с передвижением по площадке парами Подвижная игра «Ведение мяча парами» Подвижная игра «Шмель».
	Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).	Учить детей сочетать передачу и ведение мяча, способствовать развитию координации движений. Приучать помогать друг другу, воспитывать дружелюбие. Развивать внимание, быстроту и ловкость.	1. Удары мячом об пол с перенесением поднятой ноги через отскочивший от площадки мяч 2. Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом). 3. Ведение и передача мяча друг другу Подвижная игра «Мяч ловцу» Свободная игра с мячом на площадке
	Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом.	Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, учить детей применять разные сочетания действий с мячом в игре. Воспитывать смелость и решительность.	1. Передача, ловля и ведение мяча 2. Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом. Игровое упражнение «Мяч высоко». Подвижная игра «Конкурс с яблоком».
	Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через веревку или сетку.	Закреплять навыки передачи, ловли и ведения мяча, упражнять детей в разных действиях. Способствовать развитию координации движений и ловкости, учить дружно играть. Быстро реагировать на зрительные сигналы.	1. Игровое упражнение «Мяч высоко». 2. Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через веревку или сетку. Подвижная игра «Стой!».
Март	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места.	Совершенствовать передачу и ловлю мяча, учить бросать мяч в корзину. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.	1. Бросание мяча в корзину двумя руками от груди с места. 2. Перебрасывание мяча в разных направлениях 3. Ведение мяча правой и левой

			рукой и броски мяча в корзину Игра «Сбей кеглю» Подвижная игра «Стрелок».
	Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).	Совершенствовать навыки бросания и ловли мяча, перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка. Учить защитным действиям, развивать внимание и ориентировку в пространстве.	1.Подбрасывание мяча вверх и ловля его одной рукой — правой или левой. 2.Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом). Эстафета с ведением мяча Игровое упражнение «Отбей мяч». Подвижная игра «Мяч в круг».
	Метание мяча в обруч, расположенный на полу (с расстояния 2-2,5м), снизу, сверху и из-за головы.	Учить детей умению метать мяч в горизонтальную цель, размещаться по всей площадке. Развивать координацию движений, ловкость, фиксацию взора.	1. Метание мяча в обруч, расположенный на полу 2.Игровое упражнение «Отбей мяч». Подвижная игра «Лови, бросай». Малоподвижная игра «Гонка мячей по кругу»
	Ведение мяча на месте поочередно правой и левой рукой.	Упражнять детей в ведении, передаче и ловле мяча. Способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве на площадке.	1.Ведение мяча с изменением направления передвижения. 2.Игра «Скажи, какой цвет» 3. Катание мяча в цель Подвижная игра «Займи свободный кружок» Игровое упражнение «Поиграй со мною мяч».
Апрель	Бросок мяча в корзину после ведения (с фиксацией остановки).	Упражнять детей в разных действиях с мячом, формировать умения применять их в разных игровых ситуациях, познакомить детей с игрой в баскетбол. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве. Развивать внимание, ловкость, быстроту реакции на сигнал.	1.Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой 2.Ведение мяча шагом, затем бегом, свободно передвигаясь по площадке 3.Броски мяча в корзину с места двумя руками от груди Учебная игра в баскетбол
	Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.	Приучать детей творчески применять действия с мячом, выбирать более соответствующие способы их выполнения. Познакомить с правилами игры в баскетбол. Развивать ловкость, зрительно – моторную координацию.	1.Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его. 2.Игровое упражнение «Гонка мячей». Подвижная игра «Игра в мяч».
	Метание мяча в баскетбольный щит (размер 120Х90см), установленный на разной высоте.	Закреплять навыки детей в метании мяча. Формировать навыки точного выполнения правил игры в баскетбол и ориентирования на площадке. Приучать детей помогать друг другу в игре.	1 Метание мяча в баскетбольный щит 2..Игровое упражнение «Играй, играй мяч не теряй». Подвижная игра «Найди себе пару»

	Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.	Формировать навыки самостоятельно и коллективно играть с мячом, видеть площадку, помогать друг другу в достижении общей цели игры. Продолжать учить отбивать мяч одной рукой с продвижением вперед. Развивать глазомер и меткость.	1. Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит. 2. Игровое упражнение «Играй, играй мяч не теряй». Подвижная игра «Сбей булаву»
Май	Бросок мяча в корзину после ведения	Отрабатывать бросок мяча одной рукой с продвижением вперед. Развивать внимание, умение сосредотачиваться на определенном предмете, быстроту мышления.	1. Бросок мяча в корзину после ведения 2. Малоподвижная игра «Мяч передай соседу» Подвижная игра «Лови, не лови»
	Скатывание мяча по наклонной доске	Закреплять умение катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, развивать умение ориентироваться в пространстве.	1. Скатывание мяча по наклонной доске 2. Игра «10 передач» Подвижная игра «Вызов по имени» Свободная игра детей с мячом
	Бросок мяча в корзину после ведения (с фиксацией остановки).	Упражнять детей в разных действиях с мячом, формировать умения применять их в разных игровых ситуациях, познакомить детей с игрой в баскетбол. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве. Развивать внимание, ловкость, быстроту реакции на сигнал.	1. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой 2. Ведение мяча шагом, затем бегом, свободно передвигаясь по площадке 3. Броски мяча в корзину с места двумя руками от груди Учебная игра в баскетбол
	Итоговое		Развлечение «Мой веселый звонкий мяч»

1.4. Планируемые результаты освоения программы

- удовлетворение потребности детского организма в движениях;
- улучшение физической, психологической и интеллектуальной работоспособности детей 5-6 лет ;
- повышение уровня двигательной культуры на основе свободного владения игровыми действиями с мячом;
- формирование умения:
- прокатывать мяч одной и двумя руками из разных положений между предметами;
- бросать мяч вверх и ловить его на месте и в движении;
- отбивать одной рукой на месте и в движении;
- передавать мяч друг другу в разных направлениях и разными способами;
- перебрасывать мяч через сетку;
- прокатывать набивной мяч друг другу и в ворота;
- забрасывать мяч в баскетбольное кольцо.

**Блок №2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Веселый мяч»**

2.1. Календарный учебный график

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Веселый мяч» (стартовый уровень)

год обучения: 1

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь	05.09.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Вводное занятие Бросание мяча вверх и ловля его двумя (одной) руками.	Спортивная площадка	двигательные (моторные) тесты
2.		12.09.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Перебрасывание мяча правой (левой) рукой ловля его двумя руками.	Спортивная площадка	двигательные (моторные) тесты
3.		19.09.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.	Спортивная площадка	двигательные (моторные) тесты
4.		26.09.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Передача мяча двумя руками от груди при движении парами.	Спортивная площадка	двигательные (моторные) тесты
5.	Октябрь	03.10.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Скатывание мяча по наклонной доске	Спортивный зал	двигательные (моторные) тесты
6.		10.10.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его.	Спортивный зал	двигательные (моторные) тесты
7.		17.10.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его.	Спортивный зал	двигательные (моторные) тесты
8.		24.10.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Бросание мяча вверх с хлопком за спиной и ловля его двумя руками.	Спортивный зал	двигательные (моторные) тесты
9.		31.10.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо,	Спортивный зал	двигательные (моторные) тесты

						влево).		
10.	Ноябрь	07.11.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Передача мяча в колоннах с переходом в конце своей, а затем противоположной колонны.	Спортивные зал	двигательные (моторные) тесты
11.		14.11.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его.	Спортивные зал	двигательные (моторные) тесты
12.		21.11.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Бросание мяча из-за головы двумя руками вдаль и через сетку.	Спортивные зал	двигательные (моторные) тесты
13.		28.11.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Передача мяча по кругу вправо, влево (произвольным способом).	Спортивные зал	двигательные (моторные) тесты
14.	Декабрь	05.12.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками из положения стоя;	Спортивные зал	двигательные (моторные) тесты
15.		12.12.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Ведение мяча на месте правой (левой) рукой.	Спортивные зал	двигательные (моторные) тесты
16.		19.12.2025	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками при ходьбе;	Спортивные зал	двигательные (моторные) тесты
17.	Январь	16.01.2026	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Ведение мяча на месте правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).	Спортивные зал	двигательные (моторные) тесты
18.		23.01.2026	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Ведение мяча с изменением: а) направления передвижения, б) скорости передвижения, в) высоты отскока мяча.	Спортивные зал	двигательные (моторные) тесты
19.		30.01.	15.45-	Кружковое	1	Ведение мяча	Спорт	двигательные

		2026	16.10	занятие Игра		правой (левой) рукой и остановка после него.	ивны й зал	(моторные) тесты
20.	Февраль	06.02. 2026	15.45- 16.10	Кружковое занятие Игра	1	Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча.	Спорт ивны й зал	двигательные (моторные) тесты
21.		13.02. 2026	15.45- 16.10	Кружковое занятие Игра	1	Ведение мяча на месте поочередно правой и левой рукой.	Спорт ивны й зал	двигательные (моторные) тесты
22.		20.02. 2026	15.45- 16.10	Кружковое занятие Игра	1	Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.	Спорт ивны й зал	двигательные (моторные) тесты
23.		27.02. 2026	15.45- 16.10	Кружковое занятие Игра	1	Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).	Спорт ивны й зал	двигательные (моторные) тесты
24.		06.03. 2026	15.45- 16.10	Кружковое занятие Игра	1	Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом.	Спорт ивны й зал	двигательные (моторные) тесты
25.	Март	13.03. 2026	15.45- 16.10	Кружковое занятие Игра	1	Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через веревку или сетку.	Спорт ивны й зал	двигательные (моторные) тесты
26.		20.03. 2026	15.45- 16.10	Кружковое занятие Игра	1	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места.	Спорт ивны й зал	двигательные (моторные) тесты
27.		27.03. 2026	15.45- 16.10	Кружковое занятие Игра	1	Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).	Спорт ивны й зал	двигательные (моторные) тесты
28.	Апрель	03.04. 2026	15.45- 16.10	Кружковое занятие Игра	1	Метание мяча в обруч, расположенный на полу (с расстояния 2- 2,5м), снизу, сверху и из-за головы.	Спорт ивны й зал	двигательные (моторные) тесты
29.		10.04. 2026	15.45- 16.10	Кружковое занятие	1	Бросок мяча в корзину после	Спорт ивны	двигательные (моторные)

				Игра		ведения (с фиксацией остановки).	й зал	тесты
30.		17.04. 2026	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.	Спортивный зал	двигательные (моторные) тесты
31.		24.04. 2026	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Метание мяча в баскетбольный щит (размер 120X90см), установленный на разной высоте.	Спортивный зал	двигательные (моторные) тесты
32.		15.05. 2026	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.	Спортивная площадка	двигательные (моторные) тесты
33.	Май	22.05. 2026	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Бросок мяча в корзину после ведения	Спортивная площадка	двигательные (моторные) тесты
34.		29.05. 2026	15.45-16.10	Кружковое занятие Игра	1	Итоговое	Спортивная площадка	двигательные (моторные) тесты

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря соответствуют возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий.

Технические средства	Учебно-наглядные пособия	Оборудование
➤ Музыкальный центр. ➤ Ноутбук. ➤ Мультимедиа. ➤ Проектор	➤ Дидактические картинки «Спорт» с изображением вида спорта и подробным описанием возникновения спортивных игр. ➤ Карточки с изображением исходных положений. ➤ Карточки - схемы построений (в круг, в два круга, в колонну и врассыпную). ➤ уголок для родителей в приёмной группы;	➤ Мячи резиновые разного диаметра – 25 шт. ➤ Гимнастическая скамейка – 2 шт. ➤ Гимнастическая доска – 2 шт. ➤ Веревки – 4 шт. ➤ Конусы – 10 шт. ➤ Дуги- 4 шт. ➤ Стойки – 2 шт. ➤ Обручи – 5 шт. ➤ Ворота – 2 шт. ➤ Кегли –10 шт.

Методическое обеспечение

Н.И.Николаева «Школа мяча».

Голицына Н.С., Бухарова Е.Е. Физкультурный калейдоскоп для дошкольников. М.,2006.

Горбатенко О.Ф., Кардаильская Т.А., Попова Г.П. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Волгоград, Издательство Учитель, 2008.

Громова О.Е. Спортивные игры для детей. М., ТЦ Сфера, 2006.

Давыдова М.А. Спортивные мероприятия для дошкольников. М., «Вакс» 2007.

Перечень цифровых образовательных ресурсов

Министерство образования и науки Российской Федерации - [http:// www.bus.gov.ru](http://www.bus.gov.ru)

2.3. Оценочные материалы

Мониторинг проводится два раза в год:

1 – вводный (сентябрь)

2 – итоговый (май).

Уровни усвоения программы оцениваются по 3х балльной системе:

Каждый ответ оценивается по трех балльной системе

3 балла – ребенок самостоятельно выполняет диагностическое задание

2 балла – ребенок понимает инструкцию воспитателя, результат появляется при незначительной помощи воспитателя

1 балл – ребенок не понимает или не выполняет задание.

Система оценки достижений детей:

Виды движений	Средний уровень	Высокий уровень
Ведение мяча в движении- 10 м не теряя мяча (дети передвигаются на слегка согнутых ногах, наклоняя тело несколько вперед, рука ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху и от себя, равномерно, согласованно с передвижением)	Ведение перемещаясь шагом, незначительные ошибки в технике ведения, 1-2 раза потерял мяч	Ведение перемещаясь бегом, незначительные ошибки в технике ведения, 1-2 раза потерял мяч.
Броски мяча в корзину 2-мя руками из-за головы (с расстояния 3м, высота – 2м)	Из 5 бросков 3 попадания	Из 5 бросков 4 попадания
Отбивания мяча на месте	Не менее 10 раз одной рукой. 2 раза потерял мяч.	Не менее 20 раз одной рукой. 1-2 раза потерял мяч.
Подбрасывания мяча с хлопками в движении	Ловит и бросает мяч, удерживает кистями рук. Не менее 10 раз подряд. 2 раза потерял мяч.	Ловит и бросает мяч, удерживает кистями рук, гасит скорость летящего предмета. Не менее 20 раз одной рукой. 1-2 раза потерял мяч.
Подбрасывание и ловля мяча двумя руками на месте	15-20 раз 2 раза потерял мяч	20-35 раз 1 раз потерял мяч

Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении	Умеет ловко принимать, гасить скорость летящего предмета 15 – 20 раз	Регулирует силу бросания, мягко удерживает кистями рук 20 – 35 раз

Диагностика детей посещающих кружок «Веселый мяч»

ФИО	Сентябрь	Май	Сентябрь	май	сентябрь	Май	Сентябрь	май
	Ведение мяча		Броски мяча		Подбрасывание и ловля мяча		Отбивания мяча	

Список литература:

1. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников: Из опыта работы.- М.: Просвещение, 1983
2. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» - издательство НЦ ЭНАС, 2004.
3. Николаева Н.И. «Школа мяча» - издательство «Детство-пресс», 2008.
4. Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет» - «Детство-пресс», 2009.
5. Филипова С.О., под ред. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения» - «Детство-пресс», 2005.
6. Кераминас С.А. Подготовка юных баскетболистов
7. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников /авт. - сост. Л.Н. Волошина, Е.В. Гавришова и др.- Волгоград: Учитель.- 2012
8. Е.Н.Вавилова Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1981
9. Н.И.Николаева «Школа мяча».