

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 1
городского округа-город Камышин
(МБДОУ Дс № 1)

ПРИНЯТО

на заседании педагогического
совета МБДОУ Дс № 1.
Протокол от 30.08.2023 г. № 1.



УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ Дс № 1

Э.А. Садыхова.

Приказ от 30.08.2023 г. № 148-о.

**Программа
дополнительного образования
физкультурно-спортивной направленности
«Веселый мяч»
для детей старшего дошкольного возраста
(5 –8 лет)**

Руководитель кружка:
воспитатель
Галай Ксения Владимировна

г. Камышин,
Волгоградская область
2023 год

СОДЕРЖАНИЕ

I. Пояснительная записка.....	3
Актуальность, новизна, принципы, формы, методы обучения.....	3
Цель, задачи.....	5
Планируемые итоговые результаты освоения детьми дополнительной образовательной программы.....	6
II. Содержательный раздел	
Календарно-тематический план. Первый год обучения.....	7
Календарно-тематический план. Второй год обучения.....	12
Развивающая предметно-пространственная среда.....	18
Структура занятия «Веселый мяч».....	18
Режим.....	18
Комплектация	19
III. Используемая литература.....	21
Приложение 1. История возникновения мини волейбола.....	22
Приложение 2. Методика обучения игры в мини волейбол детей дошкольного возраста.....	24

I. Пояснительная записка.

Дополнительная образовательная программа физкультурно - спортивной направленности «Веселый мяч» (для детей старшего дошкольного возраста 5-8 лет) разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- ✓ Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 29.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023);
- ✓ Приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- ✓ Приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- ✓ Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- ✓ Федеральный закон от 24.09.2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” и статью 1 Федерального закона “Об обязательных требованиях в Российской Федерации»;
- ✓ Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022 г.).

Дошкольный возраст охватывает период жизни от рождения до семи лет. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность человека, осуществляется наиболее интенсивный рост и развитие важнейших систем организма и их функций, закладывается база для всестороннего развития физических и духовных способностей. Этот возраст наиболее благоприятен для закаливания организма, овладения элементарными жизненно необходимыми двигательными умениями, гигиеническими навыками и т.д.

Физическое воспитание в детском саду предусматривает охрану и укрепление здоровья, полноценное физическое развитие и направлено на своевременное формирование у дошкольников двигательных навыков и умений. Потребность в движениях, двигательная активность, проявляемая ребёнком, физиологически обоснована, вызывает положительные изменения в его физическом и психическом развитии, совершенствовании всех функциональных систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной и др.).

Дополнительная образовательная программа «Веселый мяч» направлена на расширение диапазона двигательных возможностей детей, на работу по развитию двигательных качеств, формированию правильных элементов бега, прыжков, подаче мяча, его ловле и т.д., а также на развитие морально-волевых качеств, эмоциональное состояние. Формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия, укрепление систем

организма соответствует оздоровительной направленности дополнительной образовательной программы.

Уровень освоения содержания программы: стартовый.

Актуальность программы заключается в физкультурно-оздоровительном развитии дошкольников, воспитании потребности в здоровом образе жизни, формировании личности дошкольников. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Приобщение к спорту с раннего детства дает подрастающему организму физическую закалку, воспитывает координацию, силу, гибкость, быстроту реакции, повышает активность.

Новизна данной программы заключается в том, что она направлена на выявление талантливых и одарённых детей, создание условий для укрепления здоровья и развития общефизических качеств ребёнка. В старшем дошкольном возрасте движения детей становятся более координированными, укрепляется мышечная система, увеличивается двигательная активность, но рост костной ткани ещё не завершён, сердечная мышца при физической нагрузке быстро утомляется, сохраняется лёгкая возбудимость при созревании нервных клеток в коре головного мозга. Всё это необходимо учитывать на занятиях мини волейболом. Игра в мини волейбол командная, совместные действия игроков в ней обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, прыжки, метания, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнёров по игре.

Преимущество программы в том, что она является эффективным инструментом системы здоровьесбережения дошкольников и действенным средством их подготовки к школьным нагрузкам.

Содержание данной программы отражает следующие принципы:

- принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков;
- принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни;
- принцип повторения умений и навыков - один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы;
- принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. (Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима);
- принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок;
- принцип успешности заключается в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задания, которые он способен успешно выполнить;

- принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества (игровые технологии, работа в парах, подгруппе, индивидуально, организация исследовательской деятельности и др.);
- принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья;
- принцип взаимодействия детского сада и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе;
- принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Формы организации двигательной деятельности:

- групповые учебно-тренировочные занятия - предполагают усвоение детьми нового материала, отработку основных видов движений;
- контрольно-проверочные занятия - позволяют определить эффективность процесса подготовки;
- соревнования – позволяют в игровой форме определить уровень спортивных достижений детей, посещающих спортивный кружок «Веселый мяч»;
- индивидуальные занятия – предполагают отработку основных видов движений индивидуально с каждым ребенком.

Методы обучения:

Метод - система действий инструктора в процессе обучения движениям в зависимости от содержания учебного процесса, конкретных задач и условий обучения.

Словесные методы – методы, направленные на обращение к сознанию детей, помогают осмысленно поставить перед ребенком двигательную задачу, раскрывает содержание и структуру движения (объяснения, пояснения, указания, подача команд, сигналов, вопросы, словесные инструкции и др.).

Наглядные методы – методы, направленные на создание зрительных представлений о движении - (наглядно-зрительные приемы, показ физических упражнений, использование наглядных пособий и др.).

Практические методы – методы, закрепляющие на практике знания, умения и навыки основных движений (повторение упражнений без изменения и с изменениями, проведение упражнений в игровой форме, проведение упражнений в соревновательной форме и др.).

Игровые методы – методы, активизирующие внимание, улучшающие эмоциональное состояние воспитанников. Дети забывают об усталости, продолжают заниматься с желанием и интересом. Овладевая техникой игры в мини волейбол, воспитанники совершенствуют свою координацию.

Дополнительная программа рассчитана для детей старшего дошкольного возраста (5-8 года), реализуется в форме дополнительной услуги.

Занятия проводятся в групповой и индивидуальной форме.

Продолжительность организованной образовательной деятельности:

25 минут в старшей группе (от 5 до 6 лет),

30 минут в подготовительной к школе группе (от 6 до 8 лет).

Количество занятий в неделю – 1.

Количество занятий в месяц – 4.

Количество занятий за период обучения с 15 сентября по 31 августа – 48.

Срок реализации дополнительной образовательной программы «Веселый мяч» – 2 года. Группы детей для занятий «Веселый мяч» комплектуются с учетом общего функционального состояния детей старшего дошкольного возраста, данных медицинского осмотра, рекомендаций врача педиатра.

Цель дополнительной образовательной программы «Веселый мяч» – общее физическое развитие детей старшего дошкольного возраста, овладение элементами мини волейбола.

Задачи:

- 1) способствовать совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей;
- 2) формировать простейшие технико-тактических действий с мячом: передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование, разучивание индивидуальной тактики; умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом;
- 3) освоить технику игры в мини волейбол;
- 4) воспитать у детей понимание сущности коллективной игры с мячом, цель и правила, учить соблюдать правила, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях;
- 5) развить координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость; умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.

Планируемые результаты освоения детьми дополнительной образовательной программы:

- ✓ у детей развит познавательный интерес;
- ✓ дети освоили технику игры в мини волейбол, у них развита деятельность основных физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой,

дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей;

- ✓ у воспитанников развита координация движений, выносливость, быстрота, ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры;
- ✓ дети овладели технико-тактическими действиями с мячом: передача мяча, бросок мяча через сетку, подача мяча, блокирование, разучили индивидуальную тактику;
- ✓ дошкольники умеют выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

II. Содержательный раздел.

Дополнительная образовательная программа физкультурно - спортивной направленности «Веселый мяч» рассчитана для детей старшего дошкольного. Занятия проводятся в групповой и индивидуальной форме.

Программа включает **5 основных блоков**:

- 1 блок.** Упражнения, игры, игровые задания, подготавливающие к обучению стойкам готовности и перемещению игроков по площадке.
- 2 блок.** Упражнения и игры, подготавливающие к обучению технике ловли и удержания мяча.
- 3 блок.** Упражнения и игры, подготавливающие к передаче мяча партнеру.
- 4 блок.** Упражнения, игры, игровые задания, подготавливающие к перебрасыванию мяча через сетку, блокированию.
- 5 блок.** Упражнения и игры, подготавливающие к обучению технике подачи мяча через сетку и приеме подачи мяча. Усвоение правил игры в мини волейбол.

Тематическое планирование позволяет правильно дозировать познавательный материал, устанавливать логическую связь между различными сведениями. Правильная дозировка материала в соответствии с возрастом детей определяет качество его усвоения.

Календарно-тематический план. Первый год обучения (5-6) лет.

Месяц	Тема занятия	Задачи	Кол-во занятий	
			Теория	Практика
Сентябрь	Тестирование	Приём контрольных нормативов.	-	1
	Тестирование	Приём контрольных нормативов.	-	1
	Знакомьтесь - «Мини волейбол»	Создать представление у детей об игре мини волейбол с помощью составленной презентации; заинтересовать детей данной спортивной игрой, познакомить с техникой безо-	0,5	0,5

		пасности. Учить детей передавать, ловить мяч, развивать ориентирование на площадке в игре «Займи свободный кружок».		
	Такие разные мячи	Познакомить детей с видами мячей и соответствующими спортивными играми. Совершенствовать навыки игровых умений в игре «Вышибалы», знать и применять правила безопасности в игре.	0,5	0,5
Октябрь	Ловкий мяч	Познакомить со «стойкой игрока»; развивать ловкость при подаче и ловле мяча. Игра «Мяч через сетку» (в парах).	-	1
	Ручной мяч	Продолжить учить детей выполнять стойку игрока. В игре «мяч партнёру» развивать ловкость, прыгучесть при ловле мяча. Способствовать развитию ориентировке (ориентированию) в пространстве в игре «Ловишка с мячом».	-	1
	Мяч в игре	Развивать зрительное и слуховое восприятие в игре «Бег по расчёту», умение ориентироваться в спортивном зале, развивать ловкость, координацию в играх «10 передач», «Мяч водящему»	-	1
	Раз прыжок – два прыжок...	Способствовать развитию прыгучести в игре «Удочка», «Прыжки через препятствия»; в игре «Мяч через сетку» учить детей принимать стойку игрока, выполнять бросок мяча из-за головы	-	1
Ноябрь	Ловкие, быстрые	Упражнять в перемещении с мячом, развивать скоростно-силовые качества в игре «Кто первый?» Броски мяча способом из-за головы в двойках, тройках. Способствовать развитию внимательности в игре «Вызов номеров».	-	1
	Ловкие, меткие	Совершенствовать навык броска мяча вверх и ловлю его двумя руками на месте, развивать умение прокатывать мяч одной и двумя руками из разных положений. Научиться управлять мячом, чувствовать его. Упражнять в прыжках на короткой скакалке. В игре «эстафеты с бегом», упражнять в скоростно-силовых качествах.	-	1

	Строевые упражнения и команды	Закреплять умение ориентироваться в пространстве, быстро и чётко выполнять команды, строится в колонну по 2, 3, 4. Упражнять в выполнении приставного шага с передачей мяча от груди в паре. В игре «10 передач» развивать умение согласовывать действия со сверстниками, воспитывать желание помочь при затруднениях.	-	1
	Я в команде	Познакомить детей с расстановкой игроков на поле, определяя зоны для игроков и используя зрительные ориентиры. Научить перемещаться по площадке. В игре «Мяч через сетку» учить перебрасывать мяч через сетку соперникам.	-	1
Декабрь	Развиваем силу, скорость, ловкость	Формировать навык прыжка в высоту с места, помня о технике безопасности при выполнении прыжков. Развивать координацию и вестибулярный аппарат при прыжках с поворотом. Продолжить упражнять в передаче мяча в движении. В игре «Мяч водящему» учить работать в команде, стремиться к победе.	-	1
	Правила замены	Продолжать знакомить детей с расстановкой игроков на поле, определяя зоны для игроков и используя зрительные ориентиры. Научить перемещаться по площадке. Объяснить ребятам правила замены, функцию запасных. В игре «Меткие стрелки» учить уворачиваться от двух мячей, а бросающим мяч соблюдать правила безопасности.	-	1
	Действия с мячом	Упражнять в действиях с мячом: бросок мяча о пол, стенку и ловля его с отскока; передача мяча от груди при движении парами; бросок набивного мяча двумя руками из-за головы. В игре «Передал –садись» учить регулировать силу броска, быть внимательным, учить группироваться.	-	1
	Я в команде	Продолжать учить детей расстановке игроков на поле, определяя зоны для игроков, не используя зрительные ориентиры. Учить перемещаться по площадке, использовать замену, напомнить о функции запасных.	-	1

Январь	Действия с мячом	Учить точности в передаче мяча партнеру на месте и в движении. Учить выполнять бросок мяча через сетку в прыжке. В игре «У кого меньше мячей?» борьбу за мяч сочетать с действиями других игроков команды, учить работать в команде.	-	1
	Меткий, быстрый, ловкий	Упражнять в метании малого мяча в Вертикальную цель, развивать координацию в челночном беге «Быстро возьми – быстро положи». Упражнять в выполнении верхней и боковой подачи мяча. В игре «Подвижная цель» учить детей передавать, ловить мяч, согласовывать свои действия с другими.	-	1
	Учимся, играя	Упражнять в приёме мяча снизу двумя и одной рукой. В игре «мяч через сетку» учить использовать разные способы подачи и приёма мяча. Объяснить термин «потеря подачи». В игре «Вышибалы» упражнять в ловкости при избежании попадания мяча в игрока и при ловле мяча.	-	1
Февраль	Мини волейбол	Упражнять в передаче мяча через сетку двумя руками с места в прыжке, одной рукой в прыжке, в ловле мяча сверху и перед собой. Продолжить упражнять в прыжках на двух ногах. В игре «Попробуй отними» способствовать развитию ловкости, силовых качеств.	-	1
	Начинаем играть!	Упражнять в перемещении по площадке вперёд, назад, правым боком, левым. Закрепить знания о расстановке игроков в игре и объяснить правила трёх передач. Продолжить изучать и использовать ранее разученные технические приёмы: подача и приём мяча.	-	1
	Начинаем играть!	Продолжать объяснять правила игры: выход мяча из игры, подача и пас в игре. Развивать ловкость, учить принимать решения в процессе игры.	-	1
	Круговая тренировка	Способствовать развитию физических качеств, используя различный инвентарь и оборудование: упражнять в прыжках, группировке в про-	-	1

		лезании, забрасывании малого мяча в «целеброс». Совершенствовать умение перебрасывать мяч напарнику, через сетку изученными способами, ловить мяч. Способствовать развитию внимательности в играх «Кого назвали, тот и ловит», «Бег по расчёту».		
Март	Мини волейбол	Упражнять в перемещении с мячом в игре. Закреплять умение выполнять подачу и приём мяча. В игре «Снайперы» упражнять детей в быстроте реакции, ловкости, владении мячом.	-	1
	Мини волейбол	Продолжать обучать прыжковым упражнениям. В игре мини волейбол познакомить детей с термином «партия». Закреплять умение выполнять нижнюю, верхнюю подачу мяча, использовать правила замены игроков.	-	1
	Мини волейбол	«Упражнения с мячом». Упражнять в выполнении передачи мяча сверху двумя руками, выполняя приём мяча снизу и одной рукой. В игре «Три касания» закрепить понимание детей о правиле 3 передач.	-	1
	Мини волейбол	Объяснение термина «1 пас в атаке». Значение фразы – нападающий удар. Игра в мини волейбол	0,2	0,8
Апрель	Эстафетные соревнования с мячом	Совершенствовать приобретённые навыки владения мячом на данном возрастном уровне.	-	1
	Эстафетные соревнования с мячом	Упражнять детей в скоростно-силовых, координационных качествах, ловкости.	-	1
	Круговая тренировка	Упражнять в акробатических упражнениях (боковой перекат), развивать силу мышц рук в вися на кольцах, развивать прыгучесть. В игре «Гонка мячей по кругу» упражнять детей в ловкости, умении работать в команде.	-	1
	Ручной мяч	Продолжить выполнение с детьми строевых, акробатических упражнений. Способствовать развитию выдержки, дисциплины. Упражнять в подбрасывании мяча одной рукой и ловле другой. В игре «Горячий мяч» учить быстро ориентироваться в игре. Развивать скорость реакции.	-	1

Май	Мини волейбол	Учить играть по изученным правилам. Способствовать развитию желания соревноваться, желание играть в команде и побеждать.	-	2
	Мини волейбол	Привлечь родителей к совместной деятельности, показать итог годовой работы. Воспитывать радость от игры, потребность в систематических занятиях спортом.	-	1
	Тестирование	Приём контрольных нормативов.	-	1
	Тестирование	Игры с мячом.	-	1
Июнь	История возникновения мяча.	Познакомить с историей возникновения мяча. Углублять представление детей о спортивных играх с мячом.	1	-
	Прокатывание мяча	Учить прокатывать мяч в прямом направлении. Развивать ловкость, зрительно - двигательную координацию.	-	1
	Ловля мяча	Учить ловить мяч двумя руками. Развивать умение действовать по сигналу.	-	1
	Бросание мяча	Упражнять в бросании мяча через шнур двумя руками. Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов.	-	1
Июль	Прокатывание мяча	Учить детей прокатывать мяч между предметами «змейкой». Учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут произнесены последние слова.	-	1
	Прокатывание мяча	Повторить с детьми прокатывание мяча между предметами. Развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, зрительно – двигательную координацию.	-	1
	Метание мяча	Совершенствовать метание мяча вдаль. Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, развивать умение ориентироваться в пространстве.	-	1
	Метание мяча	Учить принимать правильное исходное положение при метании в горизонтальную цель. Совершенствовать навык отталкивания мяча.	-	1
Август	Метание мяча	Продолжать учить принимать правильное исходное положение при	-	1

		метании в горизонтальную цель. Развивать элементарные навыки попадания мячом в цель умение энергично отталкивать мяч в заданном направлении.		
	Прокатывание мяча	Учить детей перекатывать мяч друг другу. Развивать координацию движений, ловкость, глазомер.	-	1
	Прокати мяч	Упражнять детей в перекатывании мяча друг другу. Развивать ловкость, зрительно - двигательную координацию.	-	1
	Бросание мяча	Учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками. Совершенствовать навык отталкивания мяча, учить ориентироваться в пространстве.	-	1
ИТОГО: 48			2,2	45,8

Календарно-тематический план. Второй год обучения (6-8) лет

Месяц	Тема занятия	Задачи	Кол-во часов	
			Теория	Практика
Сентябрь	Тестирование	Приём контрольных нормативов.	-	1
	Тестирование	Приём контрольных нормативов.	-	1
	Знакомьтесь - «Мини волейбол»	Создать представление у детей об игре мини волейбол с помощью составленной презентации; заинтересовать детей данной спортивной игрой, познакомить с правилами безопасности. Учить детей передавать, ловить мяч, развивать ориентирование на площадке в игре «Займи свободный кружок».	0,2	0,8
	Ловкий мяч	Упражнять в передаче мяча в парах, используя приставной шаг. Закрепить с детьми понятие «стойка игрока». Упражнять в действиях с мячом: подбрасывать мяч вверх и ловить его одной рукой, двумя, после двух хлопков подряд. В игре тройками «А ну-ка, отними!», подготавливать детей к блокированию.	-	1
Октябрь	Ловкий мяч	Закрепить «стойку игрока»; развивать ловкость при подаче и ловле мяча. В игре «Мяч через сетку» способствовать развитию прыгучести, ловкости, координации.	-	1
	Блокирование	Познакомить с технико-тактическим приёмом «блокирование» в игре пи-	-	1

		онербол. Способствовать развитию ориентированию в пространстве в игре «Ловишка с мячом».		
	Блокирование	Развивать зрительное и слуховое восприятие в игре «Бег порасчёту», умение ориентироваться в спортивном зале, развивать ловкость, координацию в играх «10 передач», «Мяч водящему».	-	1
	Круговая тренировка	Упражнять в акробатических упражнениях (боковой перекат), развивать силу мышц рук в висе на кольцах, развивать прыгучесть. В игре «Гонка мячей по кругу» упражнять детей в ловкости, умении работать в команде.	-	1
Ноябрь	Ловкие, быстрые	Упражнять в перемещении с мячом, развивать скоростно-силовые качества в игре «Кто первый?» Броски мяча способом из-за головы в двойках, тройках. Способствовать развитию внимательности в игре «Вызов номеров».	-	1
	Нападающий удар	В игре пионербол вспомнить с детьми один пас в атаке. Обучить технике нападающего удара. В игре «Подвижная цель» способствовать развитию глазомера, ловкости, развитию силы. Закреплять умение ориентироваться в пространстве.	-	1
	Строевые упражнения и команды	Закреплять умение ориентироваться в пространстве, быстро и чётко выполнять команды, строится в колонну по 2, 3. Упражнять в выполнении приставного шага с передачей мяча от груди в паре. В игре «10 передач» развивать умение согласовывать действия с товарищами по команде, воспитывать желание помочь им при затруднении.	-	1
	Развиваем силу, скорость, ловкость команды	Формировать навыки прыжка в высоту с места, помня о технике безопасности при выполнении прыжков. Развивать координацию и вестибулярный аппарат при прыжках с поворотом. Закреплять умение передавать мяч в движении. В игре «Мяч водящему» учить работать в команде, стремиться к победе.	-	1
	Декабрь	Мини волейбол	Закрепить знания детей о расстановке	-

		игроков на поле, их перемещении, о выходе мяча из игры, правилах подачи, передачи мяча. В игре «снайперы» упражнять в умении уворачиваться от двух мячей, бросающим соблюдать правила безопасности.		
	Потеря права на подачу	Способствовать развитию скорости, ловкости в челночном беге. Познакомить детей с основными правилами потери права мяча на подачу. В игре «Передал – садись» учить регулировать силу броска, быть внимательным, учить группироваться.	-	1
	Действия с мячом	Упражнять в действиях с мячом: бросок мяча о пол, стенку и ловля его с отскока; передача мяча от груди при движении парами; бросок набивного мяча двумя руками из-за голо-вы. В игре «Передал – садись» учить регулировать силу броска, быть внимательным, учить группироваться.	-	1
	Я в команде	Продолжать учить детей расстановке игроков на поле, определяя зоны для игроков, не используя зрительные ориентиры. Учить перемещаться по площадке, использовать замену, напомнить о функции запасных игроков.	-	1
Январь	Действия с мячом	Учить детей точности в передаче мяча партнеру на месте и в движении. Учить выполнять бросок мяча через сетку в прыжке. В игре «У кого меньше мячей?», «Борьба за мяч» согласовывать свои действия с действиями других игроков команды, учить работать в команде.	-	1
	Меткий, быстрый, ловкий	Упражнять в метании малого мяча в вертикальную цель, развивать координацию в челночном беге «Быстро возьми – быстро положи». Упражнять в выполнении верхней и боковой подачи мяча. В игре «Подвижная цель» учить детей передавать, ловить мяч, согласовывать свои действия в команде.	-	1
	Учимся, играя	Упражнять детей в приеме мяча снизу двумя и одной рукой. В игре	-	1

		«мяч через сетку» учить использовать разные способы подачи и приёме мяча. Объяснить термин «потеря подачи». В игре «Вышибалы» упражнять в умении уворачиваться от мяча и в его ловле.		
Февраль	Мини волейбол	Упражнять в передаче мяча через сетку двумя руками с места в прыжке, одной рукой в прыжке, в ловле мяча сверху и перед собой. Продолжить упражнять детей в прыжках на двух ногах. В игре «Попробуй отними» способствовать развитию ловкости, координации, силовых качеств.	-	1
	Начинаем играть!	«Упражнять в перемещении по площадке вперёд, назад, правым боком, левым. Закрепить знания детей о расстановке игроков в игре, объяснить правила трёх передач. Продолжить изучать и использовать ранее разученные технические приёмы: подача и приём мяча.	-	1
	Начинаем играть!	Продолжать объяснять правила игры: выход мяча из игры, подача и пас в игре. Развивать ловкость, учить принимать решения в процессе игры.	-	1
	Круговая тренировка	Способствовать развитию физических качеств, используя различный инвентарь и оборудование: упражнять в прыжках, группировке в пролезании, забрасывании малого мяча в «целоброс», в боковом перекиде. Совершенствовать умение перебрасывать мяч напарнику через сетку изученными способами, ловить мяч. Способствовать развитию внимательности в играх «Кого называли, тот и ловит», «Бег по расчёту».	-	1
Март	Меткий, быстрый, ловкий	Упражнять в метании малого мяча в вертикальную цель, развивать координацию в челночном беге «Быстро возьми – быстро положи». Закреплять умение выполнять верхнюю и нижнюю подачу мяча. В игре «Вышибалы с 2 мячами» закреплять умение детей быстро уворачиваться, соблюдая правила безопасности.	-	1
	Учимся, играя	Упражнять в приёме мяча снизу	-	1

		двумя и одной рукой. В игре «Мяч через сетку» учить использовать разные способы подачи и приёма мяча. Объяснить термин «потеря подачи». В игре «Вышибалы» упражнять не только в умении уворачиваться от мяча, но и в его ловле.		
	Весёлые старты с мячом	Создать радостную и непринуждённую обстановку, в которой закрепить все приобретённые умения и навыки упражнений с мячом. Воспитывать потребность в систематических занятиях физической культурой.	-	1
	Мини волейбол	Продолжить упражняться и использовать ранее разученные технические приёмы: подача и приём мяча, нападающий удар, перемещение по площадке, пас, блокирование, правила трёх передач, перемещение по площадке. Отрабатывать приобретённые навыки. Воспитывать уважительное отношение друг к другу, не спорить с судьёй.	-	1
Апрель	Начинаем играть!	Продолжать объяснять правила игры: выход мяча из игры, подача и пас в игре. Развивать ловкость, учить принимать решения в процессе игры в пионербол.	-	1
	Круговая тренировка	Способствовать развитию физических качеств, используя различный инвентарь и оборудование: упражнять в прыжках, группировке в пролезании, забрасывании малого мяча в «целёброс», в боковом перекате. Использовать игровые упражнения с прыжками, метаниями и бросками разных мячей в цель и на дальность. Способствовать развитию внимательности в играх «Кого назвали, тот и ловит», «Бег по расчёту»	-	1
	Мини волейбол	Закреплять умение выполнять подачу и приём мяча.	-	1
	Мини волейбол	Упражнять в технике быстрой атаки. Закреплять технику перемещений и владение мячом. Использовать игровые упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых способностей, ловкости и	-	1

		выносливости.		
Май	Мини волейбол	Совершенствовать приобретённые навыки в игре.	-	1
	Открытый турнир по волейболу	Привлечь родителей, воспитанников к совместной деятельности, показать итог годовой работы с дошкольниками. Воспитывать радость от спортивной игры, потребность в систематических занятиях спортом. Закреплять умение выбирать целесообразные способы и ситуации в действиях с мячом.	-	1
	Тестирование	Приём контрольных нормативов.	-	1
	Тестирование	Игровые действия с мячом.	-	1
Июнь	Ведение мяча	Продолжать формировать элементарные действия с мячом. Развивать внимание, быстроту и ловкость.	1	-
	Бросание мяча	Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить после одного, двух хлопков. Учить действовать сообща в паре, развивать ловкость, координацию и ориентацию в пространстве.	-	1
	Бросание мяча	Продолжать учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить после одного, двух хлопков. Совершенствовать технику бега, координацию движений рук и ног.	-	1
	Отбивание мяча	Учить отбивать мяч правой и левой рукой поочередно. Развивать выносливость, увертливость, ловкость.	-	1
Июль	Отбивание мяча	Продолжать учить отбивать мяч правой и левой рукой поочередно. Совершенствовать навык отталкивания (отбрасывания от себя) мяча.	-	1
	Отбивание мяча	Отрабатывать отбивание мяча правой и левой рукой поочередно. Развивать координацию движений, ловкость, фиксацию взора.	-	1
	Ведение мяча	Формировать элементарные для футбола действия с мячом. Развивать внимание, ловкость, быстроту реакции на сигнал.	-	1
	Ведение мяча	Продолжать формировать элементарные для футбола действия с мячом. Развивать ловкость, зрительно-моторную координацию.	-	1
Август	Отбивание мяча	Учить отбивать мяч одной рукой с продвижением вперед. Развивать у	-	1

		детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов.		
	Отбивание мяча	Продолжать учить отбивать мяч одной рукой с продвижением вперед. Развивать глазомер и меткость.	-	1
	Отбивание мяча	Отрабатывать отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед. Развивать внимание, умение сосредотачиваться на определенном предмете, развивать быстроту мышления.	-	1
	Отбивание мяча	Отрабатывать отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед. Развивать ловкость, зрительно – моторную координацию, ориентацию в пространстве площадки.	-	1
ИТОГО: 48			1,2	46,8

Развивающая предметно – пространственная среда.

Место проведения занятий: спортивный зал и спортивная площадка МБДОУ Детский сад №1.

Список спортивного оборудования и инвентаря:

мячи, набивные мячи, мячи резиновые разного диаметра, скакалки, гимнастические скамейки, шведская стенка, тренажеры, спортивный комплекс для лазания, яма для прыжков, беговая дорожка, гимнастическая стенка, мишень для метания, волейбольная площадка, поле с искусственным газоном, конусы, волейбольная сетка, мультимедиа презентации, фото-видео материалы, спортивная одежда (белая футболка, красные шорты, белые носки, чешки).

Структура занятия дополнительной образовательной услуги.

В структуру занятий входят различные виды деятельности:

- ✓ двигательные упражнения,
- ✓ основные виды движения (ходьба, прыжки, оздоровительный бег, упражнения на равновесие и т.д.),
- ✓ дыхательная гимнастика.

Способ организации детей на занятии зависит от поставленной цели и задач каждого занятия.

На занятиях используются три основных способа организации детей:

- фронтальный,
- групповой,
- индивидуальный.

Ведущей формой развития двигательных способностей детей являются групповые учебно-тренировочные занятия.

Каждое занятие состоит из **трех частей**: вводной, основной и заключительной.

Вводная часть состоит из различных видов ходьбы и упражнений, комплекса ритмической гимнастики, подготавливающих организм к предстоящей нагрузке. Главная ее задача: ввести детей в работу, которая запланирована, четко организовать их. Психокоррекционные игры и упражнения, направленные на развитие внимания, памяти, координации движений, быстроту реакции, можно использовать в вводной части занятий.

Основная часть занятия состоит из следующих элементов: упражнения на растягивание мышечного аппарата и развитие гибкости, упражнения на развитие силовых способностей, основных движений. Заканчивать занятия целесообразно подвижными играми, главным образом спортивно-соревновательного характера.

Заключительная часть, продолжительность – 5-10 минут. Задачи этой части занятия – завершить работу постепенным снижением нагрузки на организм, привести детей в более спокойное состояние. Основные средства – медленная ходьба, дыхательные упражнения, телесно-тактильные упражнения.

Итогом детской деятельности служат открытые занятия - соревнования по мини волейболу среди команд девочек и мальчиков с приглашением родителей; диагностическое обследование дошкольников по усвоению программы (проводится два раза в год: вводная – в сентябре, итоговая – в апреле месяце).

Диагностические критерии:

низкий уровень - неуверенно выполняет сложные упражнения с мячом; не замечает своих ошибок; не обращает внимание на качество действий с мячом; не соблюдает заданный темп и ритм с мячом;

средний уровень – технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом; верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Не совсем уверенно и точно выполняет действия с мячом в заданном темпе;

высокий уровень - уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом; способен придумать новые варианты действий с мячом.

Режим работы.

Количество занятий образовательной деятельности в неделю	2	
Продолжительность образовательной деятельности	Старшая группа (5-6)	Подготовительная к школе группа (6-8)
	25 мин.	30 мин.
День недели	Вторник Четверг	
Время проведения	17.00-17.25	17.30-18.00
Место проведения	Физкультурный зал/площадка	

Комплектация группы детьми 5-6 лет.

III. Используемая литература:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 29.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023).
2. Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
4. Обновленный ФГОС ДО - Приказ Минпросвещения России от 08.11.2022 № 955 «О внесении изменений...» (Зарегистрировано в Минюсте России 06.02.2023 № 72264).
5. Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022 г.).
6. Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 г. СП 2.4.3648-20, Санитарные правила Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, Отдыха и оздоровления детей и молодежи».
7. Николаева Н.И. «Школа мяча» - издательство «Детство-пресс», 2008.
8. Попов В.В. «Волейбол» - Ленинград, 1962.
9. Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г., Сергиенко Н.Н. «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет» Москва, 2007.
10. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей старших дошкольников» - издательство «Детство-пресс», 2010.
11. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» Волгоград, 2007.
12. Волошина Л.Н. «Игровые программы и технологии воспитания детей 5-7 лет» // Физическая культура 2003г., № 4э
13. Гришин В.Г., Осипов Н.Ф. «Малыши открывают спорт», М: Педагогика, 1978.
14. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. «Спортивные игры, техника, тактика обучения». М: Академия, 2001г.
15. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду». М.: Просвещение, 1992г.
16. Пасюков, П.Н. Мини-волейбол по-японски: история, теория и практика: Учебное пособие: Южно-Сахалинск: ООО «Изд-во «Эйкон», 2009. - 117 с