

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ДЕТСКИЙ САД № 529**

Космонавтов проспект, д.99а, г. Екатеринбург, 620098 тел. 288-28-21, E-mail: dou529@mail.ru

**СОГЛАСОВАНО:**

на заседании  
педагогического совета  
МАДОУ № 529  
Протокол № 1  
от «28» 08 2024г.

**УТВЕРЖДЕНО:**

И.о. заведующего МАДОУ  
детский сад № 529  
Э.Б. Кивотова  
Приказ № 63  
от «28» 08 2024г.



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно – спортивной направленности  
«Школа мяча»**

возраст обучающихся 5-7 лет  
срок реализации – 2 года

Составитель: Кругляков Игорь Олегович  
инструктор по физической культуре

г. Екатеринбург

# **1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

В настоящее время для всестороннего развития личности ребенка первостепенное значение имеют:

- забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном развитии каждого ребенка;
- максимальное использование разнообразных видов деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно - образовательного процесса;
- творческая организация (креативность) воспитательно - образовательного процесса;
- вариативность использования образовательного материала;
- единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольной образовательной организации и семьи.

Исходя из выше сказанного, в основу программы «Школа мяча» положены следующие подходы:

- на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребенка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности, что соответствует научной «Концепции дошкольного воспитания» (авторы В. В. Давыдов, В. А. Петровский и др.) о признании самоценности дошкольного периода детства;
- программа построена на позициях гуманно - личностного отношения к ребенку и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также способностей и интегративных качеств;
- особая роль в программе уделяется игровой деятельности как ведущей в дошкольном детстве (А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, Д. Б. Эльконин и др.)

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 мячами 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.

Игры с мячом пользуются у детей наибольшей популярностью, и это неудивительно. Мяч (большой или маленький) — это снаряд, который требует проворных рук и повышенного внимания. Способы упражнений с мячом разнообразны. Мяч можно перебрасывать, надо уметь его ловить, мячом можно «пятнать», выбивать. Для детей мяч — это круглый, легкий, упругий, привлекательный снаряд, который символизирует приобщение к спортивным играм: волейболу, баскетболу, футболу. В мяч играют в помещении и на улице. В игре принимает участие различное количество детей. Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры.

Упражнения в бросании, катании, отбивании 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.

Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с обучающимися (далее — воспитанниками, дошкольниками, детьми...) и стала основой для составления данной программы.

Основная задача программы «Школа мяча» — создать условия для обучения всех детей владению мячом на достаточно высоком уровне.

Систематические игры и упражнения с мячом будут активно влиять на совершенствование психических процессов: силы, уравновешенности, подвижности. Совместное выполнение упражнений с мячом (в парах, втроём, в кругу) — прекрасная школа приобщения ребёнка к коллективу. В играх, которые проводятся в команде, он учится слаженно работать с партнёрами.

**Нормативные документы:**

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного

образования (Приказ Минобрнауки России №1155 от 17.10.2013 года);

- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Постановление «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования обеспечены безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» №2 от 28.01.2021г.

Внутренние локальные акты ДОУ:

- Устав ДОУ.
- Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

**Вид программы** - общеобразовательная (общеразвивающая), парциальная.

**Направленность программы** – физкультурно – спортивная.

Занятия спортивными играми и упражнениями в спортивной секции направлены на улучшение общей физической подготовленности детей, удовлетворение их биологической потребности в движениях; на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья.

*Программа направлена на создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовку к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника (ФГОС ДО).*

### **Актуальность**

Среди многих факторов (социально-экономических, демографических, культурных и др.), которые оказывают влияние на состояние здоровья детей, по интенсивности воздействия физкультурно-оздоровительная работа занимает особое место.

Чем активнее вовлечение ребенка в мир движений, тем богаче и интереснее его физическое и умственное развитие, крепче здоровье. Движения необходимы ребенку, так как они способствуют совершенствованию его физиологических систем и, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма.

Но в условиях возрастания объема учебно-познавательной деятельности двигательная активность стала занимать более чем скромное место в жизни современного ребенка-дошкольника. Ребенок все больше времени проводит за компьютерными играми, просмотром телепередач. На фоне прогрессирующей гиподинамии актуальной стала задача формирования у детей интереса к движению, физической культуре и спорту.

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.

В связи с вышесказанным, **актуальность** программы в настоящее время очевидна, т.к. именно в двигательной активности наиболее комфортно и привлекательно происходит целостное развитие личности ребенка, укрепление его психического и физического здоровья, раскрытие личностного потенциала и приобщение к здоровому образу жизни.

### **Отличительные особенности программы**

Для удовлетворения потребности дошкольников в двигательной активности в детском саду организованы занятия по интересам физкультурно-спортивной направленности, в том числе, спортивная секция по программе «Школа мяча», которая:

- соответствует принципу развивающего обучения, целью которого является физическое развитие ребенка;

- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт, может быть успешно реализована в практике дошкольного образования);

- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности, позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала;

- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;

- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей;

- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми (основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра);

- допускает варьирование содержания образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;

- строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

*Основной акцент в программе сделан на ознакомление, закрепление и совершенствование упражнений со всеми доступными видами мячей, на создание условий для овладения дошкольниками элементами различных игр с мячом – волейбол, футбол, баскетбол и др.*

Одной из главных задач, которую преследует данная программа, является забота о сохранении и укреплении здоровья детей, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни, воспитание полезных привычек, в том числе привычки потребности в двигательной активности.

Особое внимание уделяется воспитанию у дошкольников таких качеств, как:

- активная жизненная позиция;
- познавательная активность;
- патриотизм.

Отличие также заключается в предоставлении возможности педагогу использовать новый материал в соответствии с изменениями окружающей жизни, действительности, запросов самих детей и, наконец, с потребностью все время вносить в свою работу что-то новое. Подчеркивая новизну содержания данной программы, нужно отметить следующее:

- опору на дидактические принципы классической и современной дидактики (ФГОС ДО);
- методологическую обоснованность концептуальных идей программы в контексте современных педагогических исследований.

### **Адресат программы**

Программа составлена для детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет).

*Возрастные особенности психофизического развития детей данного возраста:*

Значимые для реализации программы возрастные характеристики особенностей развития детей: ловкость, быстрота, выносливость, ориентация в пространстве.

- продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным, в некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут;

- у детей старшего дошкольного возраста явно прослеживается стремление к лидерству, к собственным достижениям и успехам, что позволяет педагогу на занятиях секции формировать у детей потребность в активной жизненной позиции, воспитывать свободного, уверенного в себе человека, стремящегося творчески подходить к решению различных жизненных ситуаций, имеющего свое мнение и умеющего отстаивать его;

- в подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст, его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника;

- к концу дошкольного периода ребенок может обладать высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

В старшем дошкольном возрасте навыки катания мячей получают дальнейшее развитие. Разнообразнее и сложнее становятся упражнения в бросании и ловле мяча. Дошкольники могут приобрести разносторонние навыки владения мячом, научиться его ловко принимать, непринужденно держать, быстро и точно передавать в разных направлениях.

На занятиях и в самостоятельных играх у детей седьмого года совершенствуются и закрепляются навыки всех способов катания, бросания и ловли. Значительно улучшается владение мячом. Ребенок довольно свободно его держит, передает, бросает, ловит.

Возрастной период - 5-7 лет называют периодом «первого вытяжения». За один год ребенок может вырасти до 7 - 10 см., на протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц - 200 г, а роста - 0,5 см. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти - шести годам ещё не завершено. В этом возрасте у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы,

особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают упражнения в ходьбе, беге, прыжках, метании. В возрасте 5-7 лет улучшается координация движений. Дети способны выполнять упражнения более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию взрослого или требуемой ситуацией. В этом возрасте совершенствуются основные процессы ЦНС: возбуждение и особенно торможение, и несколько легче формируются все виды условного торможения. Интенсивно формируется сердечно - сосудистая система. Средняя частота пульса к 6-7 годам составляет 92-95 ударов в минуту. Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых от взрослого. Жизненная ёмкость лёгких невелика, поэтому он дышит чаще, в среднем 25 раз в минуту. Исследования по определению общей выносливости детей (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно – сосудистой и дыхательной систем у детей этого возраста достаточно высокие.

### **Объем программы**

Программа включает в себя 4 раздела: Баскетбол. Футбол. Волейбол. Пионербол. Всего 20 тем. Общее количество часов 124, по 62 часа в год.

### **Формы обучения, виды занятий**

**Форма обучения** – очная (спортивная секция). **Язык образования** – русский.

**Форма организации образовательного процесса** – подгрупповая - проведение образовательной деятельности по ознакомлению со спортивными играми с мячом, правилами игр и историей их возникновения и развития.

Старшие дошкольники имеют возможность получить больше знаний, умений и навыков в двигательной деятельности с разными видами мячей.

### **Виды занятий**

Занятия секции представляют собой специально организованные коллективные тренировки в зале или на свежем воздухе (на спортивной площадке), а также участие детей в соревнованиях, олимпиадах, походы на спортивные объекты города с целью их участия или наблюдения за играми других детей.

### **Срок освоения программы, режим занятий**

Программа рассчитана на 2 года обучения. Занятия по программе «Школа мяча» проводятся в форме спортивных тренировок 2 раза в неделю, 8 занятий в месяц, продолжительность занятий – 25 - 30 минут в соответствии с возрастом детей. Тренировки проводятся во 2й половине дня по расписанию дополнительного образования ДОО.

## **1.2. Цель и задачи**

### **Цель программы:**

Создание условий для ознакомления обучающихся со спортивными играми, закладывания основ техники игры с мячом, знакомства с различными видами спорта, историей их возникновения.

### **Задачи:**

- Способствовать развитию и совершенствованию функциональных систем организма, двигательных навыков и качеств, психических процессов, рефлексии, эмпатии и качеств личности, расширять двигательный опыт.

- Познакомить детей с различными видами мячей, с историей возникновения мяча, с правилами и элементами спортивных игр: баскетбол, пионербол, волейбол, футбол.

- Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер.

- Развивать умение сочетать замах с броском при метании мяча, понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

- Выявлять исходные данные психомоторного развития ребёнка и на этой основе формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача, бросок через сетку, забрасывание в корзину, подача, блокирование, ведение мяча ногами, удар по воротам и умение применять их в игровой ситуации.

- Помочь в воспитании умения подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели, в тренировке воли, характера.

- Воспитывать интерес к занятиям физическими упражнениями, ценность здорового образа жизни; умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

- Способствовать обогащению и углублению знаний о спортивных играх, спортивных клубах, рубцовских и алтайских спортсменах.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Баскетбол</b> Броски мяча	6	1	5	Наблюдение: действие по сигналу педагога
2	Ловля – передача мяча двумя руками на месте	6	1	5	быстрая реакция на сигнал
3	Передача мяча одной рукой от плеча.	6	1	5	Наблюдение: игра с мячом, не мешая другим
4	Передача мяча от груди разными способами.	6	1	5	Наблюдение: согласованность своих движений с движения ми товарище й
5	Ведение мяча правой, левой рукой	6	1	5	Наблюдение: Следить за положением руки
6	<b>Волейбол</b> Знакомство с правилами игры в волейбол	6	1	5	Наблюдение: броски и умение ловить мяч
7	Броски мяча через сетку	6		6	Наблюдение: броски мяча двумя руками снизу вверх
8	Техника верхней прямой подачи	6		6	Наблюдение: вперед, за спиной броски мяча двумя руками снизу вверх с хлопком
9	Основные стойки волейболиста	6		6	Наблюдение: передача мяча в парах двумя руками снизу
10	Передачи мяча друг другу в парах	6		6	Наблюдение: передача мяча в парах двумя руками из-за головы
11	<b>Футбол</b> Знакомство с правилами игры в футбол	6		6	Наблюдение: История футбола

1 2	Ведение мяча между ориентирами	6		6	Наблюдение: Не отпускать далеко от себя мяч , не делать резкие движения
--------	--------------------------------	---	--	---	---

1 3	Умение перемещаться по площадке	6		6	Наблюдение: Следить за положением стоп
1 4	Передача мяча друг другу в быстром темпе. Открывание	6		6	Наблюдение: передача мяча друг другу с помощью ног
1 5	Остановки мяча	6		6	Наблюдение: выбрасывание мяча ногой вперед
1 6	<b>Пионербол</b> Формирование навыков точного выполнения правил, ориентирование на площадке.	6		6	Наблюдение: метание мяча: - с расстояния 2- 2,5 м. в обруч, - в корзину, расположенную на полу, - двумя руками снизу
1 7	Передачи мяча.	6		6	Наблюдение: передачи мяча: - уметь правильно готовить руки
1 8	Обучение подаче	6		6	Наблюдение: - умение правильно отводить руку; - с расстояния 2-2,5 м. в цель
1 9	Обучение ловле	6	1	5	Наблюдение: умение правильно выставлять руки, объективно оценивать ситуацию
2 0	Командные игры. Соревнования	10		10	Наблюдение: - умение ловить мяч ногой, отбивать мяч: - на месте правой, левой рукой - на месте правой с передачей из правой руки в левую - правильно перемещаться по площадке
	<b>Итого</b>	<b>124</b>	<b>7</b>	<b>117</b>	

## Содержание учебного плана

### **Баскетбол.**

1. Броски мяча. Развивать умение бросать мяч вверх и ловить не менее 3 раз подряд; двумя руками не менее 3-5 раз подряд. Следить за положением руки после броска. Воспитывать самостоятельность. Преимущественно используются для

атаки корзины с дальних дистанций в условиях отсутствия активного противодействия защитника. Подготовительная фаза: мяч обхватывается пальцами, образующими плотную «чашу», и выносится на уровень лица, ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях, одна нога выставлена на 30 - 40 см вперед. Основная фаза: руки полностью выпрямлены вверх - вперед по небольшой дуге, кисти и пальцы, раскрываясь, дают мячу направляющий легкий толчок; одновременно с движением рук выпрямляются и ноги. Завершающая фаза: после выполнения броска руки опускаются расслабленно вниз, игрок принимает исходную позицию для последующего рывка к щиту, чтобы бороться за отскок в случае промаха.

2. Ловля – передача мяча двумя руками на месте. Развивать умение бросать и мягко ловить мяч в парах разными способами. Развивать ловкость, внимание, глазомер. Прием, с помощью которого игрок может уверенно овладеть мячом и предпринять с ним дальнейшие атакующие действия. Ловля мяча - это исходное положение для последующих передач, ведения или бросков, поэтому структура движения должна обеспечивать четкое и удобное выполнение последующих приемов.

*Ловля мяча двумя руками.* Наиболее простым и в тоже время надежным способом овладения мячом считается ловля мяча двумя руками. Подготовительная фаза: если мяч летит к игроку на уровне груди или головы, следует вытянуть руки навстречу мячу, ненапряженными пальцами и кистями образуя как бы воронку, размером несколько большую, чем обхват мяча. Основная фаза: в момент соприкосновения с мячом нужно обхватить его пальцами, сближая кисти, а руки согнуть в локтевых суставах, подтягивая тем самым мяч к груди. Завершающая фаза: после приема мяча игроком туловище вновь подается слегка вперед; мяч, укрываемый от противника разведенными локтями, выносится в положение готовности к последующим действиям.

3. Передача мяча одной рукой от плеча - наиболее распространенный способ передачи мяча на близкое и среднее расстояние. Подготовительная фаза: руки с мячом отводятся к правому плечу так, чтобы локти не поднимались; одновременно игрок поворачивается в сторону замаха. Основная фаза: мяч на правой руке, которая сразу же выпрямляется с одновременным захлестывающим движением кисти и

поворотом туловища. Завершающая фаза: после вылета мяча правая рука на короткое мгновение как бы его сопровождает, а затем расслабленно опускается вниз.

4. Передача мяча от груди разными способами – основной способ, позволяющий быстро и точно направить мяч партнеру на близкое или среднее расстояние в сравнительно простой игровой обстановке, без плотной опеки противника. Подготовительная фаза: кисти с расставленными пальцами свободно охватывают мяч, удерживаемый на уровне пояса, локти опущены. Основная фаза: мяч посылают вперед резким выпрямлением рук почти до отказа с добавочным движением кистей, придающим мячу обратное вращение. Завершающая фаза: после передачи руки расслабленно опускают вниз, игрок выпрямляется, а затем занимает положение на слегка согнутых ногах.

5. Ведение мяча правой, левой рукой – Развивать умение делать правильно удар об пол, не толкать мяч основанием ладони, а выпускать мяч с кончиков пальцев.

### **Волейбол**

6. Знакомство с правилами игры в волейбол – объяснить основные принципы игры и правила.

7. Броски мяча через сетку – Развивать умение правильно делать замах рукой и задавать траекторию мяча. Руки держат мяч с обоих боков, одна нога стоит впереди, колени слегка согнуты. Руки максимально отведены назад, спина прогибается. В момент броска необходимо одновременно с шагом вперед выполнить сильное движение руками вперед-вверх, нагнуть корпус вперед, но не наклоняться слишком сильно, проводить мяч руками, потянувшись за ним руками и пальцами.

8. Техника верхней прямой подачи – для выполнения волейбольного элемента необходимо выставить правую (левую для левшей) ногу немного вперед, корпус несильно развернут под углом к сетке. Ребенок подбрасывает мяч так, чтобы он подлетел вверх над местом, где должна была бы располагаться отставленная назад нога. Одновременно отводится назад бьющая рука, локоть при этом не опускается вниз, замах может быть выполнен как прямой рукой, так и предплечьем. В момент удара по мячу рука выпрямлена, напряжена, не сгибается в запястье назад, пальцы

расправлены. Удар по мячу наносится в центр и снизу. Одновременно с ударом по мячу или сразу после выполняется шаг вперед, вес тела переносится на впереди стоящую ногу, бьющая рука, проводив мяч, опускается вниз.

9. Основные стойки волейболиста – Объяснить, какие бывают основные стойки волейболиста: высокая, средняя и низкая. Высокая стойка используется во время подачи или броска мяча через сетку, выполнения блокирования, паса или нападения.

Средняя стойка наиболее часто используется (до 70% времени) в играх – ловля мяча, передача сверху и снизу, подготовка к блокированию и нападению.

Низкая стойка используется игроками во время защитных действий, т.к. она облегчает быстрое передвижение по площадке под быстрые или низкие мячи, позволяет выполнить падение для сохранения мяча в игре.

10. Передачи мяча друг другу в парах – Развивать умение правильного положения рук и ног во время передачи.

## **Футбол**

11. Знакомство с правилами игры в футбол. История возникновения игры, основные правила, знакомство с футбольным мячом.

12. Ведение мяча между ориентирами. Ведение мяча широко используется в мини-футболе для выхода игроков на свободную позицию или же когда все партнеры закрыты и некому сделать точную передачу. Футболист, уверенно владеющий этим приемом, оказывается очень полезным команде. Ведение выполняется несильными ударами ногой по мячу внутренней стороной стопы, носком, внешней частью подъема. Чтобы мяч находился под контролем, ему придается обратное вращение. В этом случае удары наносятся в нижнюю часть мяча. Прежде всего, нужно стремиться при движении с мячом, голову держать так, чтобы видеть и мяч и обстановку на поле. При свободном пространстве дистанции удары по мячу могут быть сильнее, для большей скорости передвижения. Если же соперник находится в непосредственной близости, мяч далеко отпускать нельзя. При атаке соперника справа мяч переводится под левую ногу и наоборот, чтобы туловище находилось между мячом и соперником. Для разучивания этого технического приема применяются следующие упражнения: По прямой. Вести мяч по

прямой в медленном темпе так, чтобы при каждом шаге мяч касался ноги. Чередовать удары по мячу то правой, то левой ногой. По кругу. По линии условного круга диаметром 5-6 м вести мяч поочередно правой и левой ногой. Постепенно увеличивая темп.

Коридор. Обозначить коридор длиной 0-25 м и шириной 1 м. Вести мяч по коридору, меняя ноги. Постепенно уменьшать коридор до 50 см.

Изменяя направление и скорость. Вести мяч, произвольно меняя направление движения и скорость. Для ориентира расставляются стойки, фишки или кегли.

13. Умение перемещаться по площадке – Развивать умение правильно оценивать ситуацию, делать выводы о необходимости какого-либо игрового действия.

14. Передача мяча друг другу в быстром темпе. Открывание – Развивать умение отдавать передачу в движении, приставным шагом, выходу для получения мяча. Открывание - Это важнейший прием в тактике мини-футбола, означающий выход футболиста на свободную позицию, дающую возможность освободиться от опеки соперника, оторваться от него и, получив мяч, выполнить передачу партнеру или нанести удар по воротам. Открывшийся игрок может также увести соперника за собой, освобождая путь к воротам противоположной команды одному из своих партнеров. Выход на свободное место осуществляется на скорости. Этому могут предшествовать предварительная имитация игроком некоторой пассивности в целях введения опекуна в заблуждение или же обманные движения, запутывающие соперника. Открываться можно вперед, в сторону, а при необходимости назад. Делать это надо своевременно, а именно в момент, когда партнер готов сделать передачу на свободное место.

15. Остановки мяча - Остановка может быть полной или неполной. В игре, чаще всего применяются неполные остановки. Ведь мини-футбол отличается повышенными скоростными действиями, интенсивностью. В результате футболист не имеет времени спокойно распорядиться мячом. Получая мяч, игрок быстро ориентируется, куда его направить.

Разучивание способов остановки мяча целесообразно проводить одновременно с разучиванием техники ударов.

Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы в игре используются довольно часто. Этот способ очень удобен. Слегка согнутая в колене опорная нога выставляется вперед. Тяжесть тела также переносится на опорную ногу. Останавливающая нога сгибается в колене. Ее стопа сильно разворачивается наружу и образует прямой угол со стопой опорной ноги. Таким образом, она слегка подается навстречу приближающемуся мячу. В момент соприкосновения с ним нога мягко отводится назад.

Остановка мяча подошвой выполняется, когда мяч движется навстречу игроку. Останавливающая нога, слегка согнутая в коленном суставе, выносится навстречу приближающемуся мячу. Приподнятый носок и опущенная пятка, как бы образуют над мячом косую крышку. При соприкосновении мяча с подошвой нога за счет сгиба в колене отводится чуть назад, мягко прижимая мяч, а туловище подается вперед.

При игре в мини-футбол приходится укрощать мячи, не только катящиеся по земле. Опускающиеся мячи также приходится укрощать подошвой, или внутренней стороной стопы.

### **Пионербол**

16. Формирование навыков точного выполнения правил, ориентирование на площадке. Развивать умение строго соблюдать правила, беседа о понятии «аут».

17. Передачи мяча. Развивать умение передавать мяч по разным траекториям.

18. Обучение подаче. Развивать умение правильной стойке при подаче, правильному движению руки.

19. Обучение ловле. Развивать умение правильной стойке при приеме, правильно готовить руки при ловле мяча.

20. Командные игры. Соревнования - Главная цель — выявить победителя в индивидуальных или командных соревнованиях. В этих играх следует поощрять разнообразные достижения участников игр-эстафет, связанные: с их физической подготовленностью; с сохранением навыков, выработанных на занятиях в условиях сложной игровой деятельности; с достижениями в отдельном виде соревнования. Поощряется точное выполнение правил и соблюдение принципов честной игры в действиях. Победитель должен знать, что он смог победить не только потому, что

он самый ловкий, самый сильный и т. д., но и потому, что были другие, которые проиграли. Проигравший должен знать, что тот, кто учится проигрывать, — побеждает

#### **1.4. Планируемые результаты**

Результативностью реализации программы следует считать устойчивый интерес обучающегося к занятиям физической культурой, спортом, к здоровому образу жизни, освоение им основных приемов игры с разными видами мячей, в различные игры, связанные с подачей и приемом мяча.

Исходя из целевых ориентиров, по окончании обучения у детей может развиваться интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, волейбол, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол). Т.о., программа «Школа мяча» обеспечивает достижения воспитанниками готовности к школе.

*Программа может считаться освоенной, если:*

1. дети овладели техникой действий с разными мячами.
2. у детей сформированы новые двигательные навыки: ведения мяча разными способами, забрасывание мяча в корзину, бег с ввертыванием при ведении мяча, блокировка, ведение мяча с бегом в разном темпе.
3. сформированы умения сотрудничества: дети умеют играть в команде для достижения общей цели, адекватно оценивать результаты игры, своих действий.
4. наблюдается повышение интереса детей к физической культуре, а именно, к спортивным играм в целом.
5. отмечается познавательное развитие дошкольников в области знаний о спортивных играх с мячом, их истории возникновения, правилах и элементах техники игр.

*Система оценки результатов освоения программы*

В соответствии с ФГОС ДО, целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и

подготовки детей. Освоение программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся.

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории, коррекции особенностей развития);
- оптимизации работы с группой детей.

#### *Критерии оценки результативности.*

Ребёнок выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание).

Умеет перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно, через сетку.

Может бросать мяч вверх, о пол, ловить его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, с поворотами.

Легко отбивает мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении, перебрасывает набивные мячи.

Владеет метанием на дальность (6 -12 м.) левой и правой рукой; метанием в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя); метанием в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4 - 5м.); метанием в движущуюся цель.

Освоил элементы спортивных игр:

**Баскетбол:** Развиты умения в передаче мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча), перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении, ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон, забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча, вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь по сигналу.

*Волейбол:* Развиты умения в выполнении отбивания мяча после подачи соперника через сетку, производить подачу надувного мяча одной рукой снизу, сверху, выполняет простейшие правила игры.

*Футбол:* Развиты умения в передаче мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте, вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

*Пионербол:* Развиты умения в подаче из-за лицевой линии, выполнять бросок через сетку из разных частей площадки, способен выполнять игровые действия в команде, правильно реагирует на свисток и жесты судьи.

Опыт и результаты диагностики показывают, что особенно удается метание мальчикам: их движения более ловки, броски энергичны. Они бросают мячи дальше и лучше попадают в цель, чем девочки.

Передавая мячи друг другу, или перебрасывая в разных положениях, дети могут действовать уверенно и ловко, что позволяет включать эти виды движений в задания с элементами соревнования, в эстафеты.

## **2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Календарный учебный график**

1 год обучения

№	Дата	Время занятия	Колуч. час	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1 2	Окт 1 нед	Среда Пятница 17.00- 17.30	2	Откуда пришёл баскетбол? «Мяч об пол».	Беседа Тренировка	Спортивная площадка	Наблюдение
3- 6	Окт 2,3 нед	Среда Пятница 17.00- 17.30	4	Сочетание передачи – ловли, ведения и бросков мяча в корзину. Основная стойка баскетболиста, передача мяча в парах, в группе. «Зайчик». Передача по кругу через центр. «Мотоциклисты»	Тренировка Игра	Спортивная площадка	Наблюдение
7 8	Окт т. 4	Среда Пятница	2	«Передача мяча волной». Отбивание мяча.	Упражнения в отбива	Спортивная площадка	Наблюдение

	не д	17.00- 17.30			ни и мяча	ка	
9 -	Ноябрь	Среда	4	«Играй, играй, мяч не теряй».	Основна я	Зал	Наблю д

12	1,2 нед	Пятница 17.00- 17.30		«Отбивание мяча и ловля о стенку»	стойка баскетбол иста, ведение мяча на месте правой и левой рукой. Передача мяча.		ение
13 - 16	Ноябрь 3,4 нед	Среда Пятница 17.00- 17.30	4	«Мяч водящему» «Зайчик».	Передача мяча в парах	Зал	Наблюдение
17 - 22	Декаб. 1,2,3 нед.	Среда Пятница 17.00- 17.30	6	«Снайперы». «Играй, играй мячу упасть не давай». «Мяч сквозь обруч».	Ведение мяча. Отбивание мяча о стену от плеча одной рукой и ловля его.	Зал	Срезы согласно нормативам
23 , 24	Дек аб. 4 нед.	Среда Пятница 17.00- 17.30	2	«Передачи по кругу через центр».	Ведение мяча на месте.	Зал	Срезы согласно нормативам
25 - 30	Январь 2, 3, 4 нед.	Среда Пятница 17.00- 17.30	6	«Сбей грушу». «Эстафета с ведением мяча». «Не упусти шарик».	Ведение мяча в движении. Работа с карточками.	Зал	Срезы согласно нормативам
31 - 36	Февраль 1, 2, 3 нед.	Среда Пятница 17.00- 17.30	6	«Передачи по кругу через центр». «Эстафета с ведением мяча». «Мяч вдогонку».	Ведение мяча в условиях соревнования	Зал	Судейство
37 ,	Февраль 4	Среда Пятница	2	«Мотоциклисты».	Подвижная	Зал	Наблюдение

38	нед.	ца 17.00- 17.30			игра		ение
39 - 44	Март 1,2,3 нед.	Среда Пятни ца 17.00- 17.30	6	«10 передач» «Ведение мяча по прямой». «Ловкая пара».	Переда чи в движени и	Зал	Судей ст во
45	Март	Среда	2	«Передай - не роняй»	Подвиж н	Зал	Наблю д

46	4 нед	Пятница 17.00-17.30			ая игра с мячом		ение
47 - 52	Апр 1,2,3 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	6	«Поймай – поведи – забей в кольцо». Упражняться с мячом. «5 бросков» «Метко в кольцо».	Подвижная игра с элементами техники и броска	Спортивная площадка	Наблюдение
53 , 54	Апр 4 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	2	«День и ночь».	Учебная игра	Спортивная площадка	Срезы согласно нормативам
55 - 60	Май 1,2,3 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	6	«Играй, играй мяч не теряй» «Эстафета с ведением мяча». «Баскетбол».	Мини-баскетбол , учебная игра	Спортивная площадка	Срезы согласно нормативам
61 , 62	Май 4 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	2	«Мяч через сетку».	Тренировка	Спортивная площадка	Срезы согласно нормативам

## 2 год обучения

№	Дата	Время занятия	Колуч. час	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1 2	Окт 1 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	2	«Мяч через сетку».	Беседа Тренировка	Спортивная площадка	Наблюдение
3-6	Окт 2,3 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	4	«Передай не роняй» «Поймай, проведи - забег в кольцо».	Тренировка Игра	Спортивная площадка	Наблюдение
7 8	Окт 4 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	2	Игра по командам	Работа в тройках с мячом.	Спортивная площадка	Участие в играх с подсказками
9-12	Ноябрь 1,2 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	4	«Баскетбол» - командная игра. «Ловишки с мячом».	Закрепление правил	Зал	Судейство

13 - 16	Ноябрь 3,4 нед	Среда Пятница 17.00- 17.30	4	«Метко в кольцо» «Передачи по кругу через центр».	Бег  в разных направ ле ниях.	Зал	Наблю де ние
17 - 22	Декаб. 1,2,3 нед	Среда Пятница 17.00- 17.30	6	«Гонка мячей по кругу» «Попади в мяч»	Ведение мяча правой и левой	Зал	Срезы соглас но нормат ив ам

				«Брось - догони».	рукой между предметом.		
23, 24	Дек аб. 4 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	2	«Подбрось - поймай».	Игра в баскетбол, самостоятельное проведение тайма	Зал	Срезы согласно нормативам
25 - 30	Январь 2,3,4 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	6	«Носик балуется». «Мячик, мячик, ты откуда?» «Попади в цель».	Ведение мяча между предметами.	Зал	Наблюдение
31 - 36	Февраль 1,2,3 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	6	«Шмель». «Смешинка» «Шарик лопнул».	Ведение мяча, передача мяча в пятерках	Зал	Наблюдение
37, 38	Февраль 4 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	2	«Покажи пятки».	Тренировка	Зал	Наблюдение
39 - 44	Март 1,2,3 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	6	«Подуй на листик» «Летят мячи». «Мяч среднему».	Ловля мяча	Спортивная площадка	Объяснение ошибок
45, 46	Март 4 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	2	«Быстрый мячик».	Подвижная игра	Спортивная площадка	Наблюдение
47 - 52	Апр 1,2,3 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	6	«Мяч в кругу». «Догони мяч». «Виды спорта с мячом»	Подвижные игры	Спортивная площадка	Наблюдение
53, 54	Апр 4 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	2	«Волейбол с воздушными шарами».	Тренировка	Спортивная площадка	Наблюдение
55 - 60	Май 1,2,3 нед	Среда Пятница 17.00-17.30	6	«Не упусти шарик». «Мы – футболисты». «Закати мяч в обруч».	Тренировка	Спортивная площадка	Наблюдение

61 , 62	Ма й 4 не д	Среда Пятни ца 17.00- 17.30	2	«Передай мяч».	Игра с элемент а ми техни ки	Спорти вн ая площад ка	Судейс тв о
---------------	----------------------	---	---	----------------	---	---------------------------------	----------------

## **2.2. Условия реализации программы**

*Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.*

Для решения поставленных задач создана и расширяется развивающая двигательная среда и среда познавательного плана – мячи всех размеров, картотека подвижных игр с элементами спортивных игр, дидактические игры, фотографии, иллюстрации, баскетбольные стойки, сетки, нетрадиционное оборудование – батут, тренажерные дорожки, ворота, спортивные фишки, кегли и др.

Современное понимание предметно-пространственной среды включает в себя обеспечение активной жизнедеятельности ребенка, становления его субъектной позиции, развития творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами.

Оборудование спортивного зала и спортивной площадки дошкольной организации является безопасным, здоровье сберегающим, эстетически привлекательным и развивающим. ППС насыщена, пригодна для совместной деятельности детей, педагогов, самостоятельной деятельности детей, отвечающей потребностям детского возраста.

*Основные принципы создания развивающей ППС среды:*

- целесообразности, рациональности и насыщенности;
- доступности и открытости;
- трансформирования;
- соответствия развивающей среды возрасту детей;
- вариативности;
- полифункциональности.

### **2.3. Формы аттестации**

Система оценки результатов освоения программы складывается из повседневных наблюдений и диагностики достижений обучающихся.

Диагностика проводится 2 раза в год (октябрь – входная диагностика, май – контрольная диагностика).

*Методы диагностики:* диагностические задания на выявление освоения программного материала, анализ, соревнования, хронометраж времени, беседы.

*Критерии и условные обозначения оценки достижений обучающихся:*

(+) – правильное выполнение движений, навык сформирован и автоматизирован;

(\*) – выполнение не с первой попытки, есть отдельные изолированные движения, но навык сформирован.

#### **2.4. Оценочные материалы**

Оценочными материалами следует считать срезовые задания на определение уровня физической подготовленности обучающихся.

##### *Целевые ориентиры*

- Повышение уровня владения мячом.
- Повышение интереса детей к физической культуре, а именно, к спортивным играм.
- Познавательное развитие дошкольников в области знаний о спортивных играх с мячом, их истории возникновения, правилах и элементах техники игр.
- Знакомство со спортивными клубами города и их ведущими игроками.

##### *Критерии усвоения двигательных умений, движений с мячом*

###### *Дети 5-6 лет*

Уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняют упражнения с мячом. Способны придумать новые варианты действий с мячом.

###### *Дети 6-7 лет*

Технически правильно, результативно уверенно точно выполняют все упражнения с мячом. Правильно оценивают движения с мячом других детей. Проявляют элементы творчества в работе с мячом. Самостоятельно могут составлять простые варианты упражнений с мячом.

Программа составлена с учетом реализации *межпредметных связей*:

- Познавательное развитие, где дошкольников знакомят с историей возникновения спортивных игр, с основными правилами игр, с алтайскими спортивными клубами и их спортсменами.

- Физическое развитие, где прививаются основы здорового образа жизни, дети учат использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; учат придумывать варианты игр, комбинировать движения,

проявляя творческие способности.

Секционные занятия строятся по классической традиционной схеме: вводная часть – разминка, основная и заключительная.

В водной части дети упражняются в ходьбе, беге и прыжках. Например, ходьба в сочетании с ведением мяча ногами, ходьба с подбрасыванием и ловлей мяча в разных положениях, боковой галоп с ведением мяча и без него, прыжки из положения приседа и т.д.

В основной части происходит обучение, закрепление и совершенствование движений.

В качестве общеразвивающих упражнений используется фитбол гимнастика. За счет вибрации при выполнении упражнений и амортизационной функции мяча активизируются регенеративные процессы, улучшаются кровообращение и микро динамика в межпозвоночных дисках, что способствует разгрузке позвоночного столба, мобилизации различных его отделов, коррекции и профилактике лордозов и кифозов. Занятия, сидя на мяче, сходны с верховой ездой, положительное влияние которой описано еще Гиппократом. Покачивание в положении сидя на мяче нормализуют обменные процессы, благотворно влияя на работу внутренних органов, улучшают отток лимфы и венозной крови, легочное кровообращение, способствует откашливанию при заболевании легких, стимулируют функцию коры надпочечников, улучшают перистальтику кишечника. Упражнения на мяче тренируют вестибулярный аппарат, развивают координацию движений и функцию равновесия, развивают гибкость, увеличивают подвижность и пластичность суставов, укрепляют мышцы туловища, формируя правильную осанку.

Вместо традиционных основных видов движения в основной части занятия используются подводящие упражнения, которые помогают детям овладеть основными приемами техники спортивных игр.

В подводящие упражнения включаются движения, сходные по структуре с главными элементами техники того действия, которым предстоит овладеть. Например, при обучении броскам мяча в корзину в баскетболе первым упражнением является обычная передача мяча, затем выполнение передачи с высокой траекторией, далее — передача мяча через различные высокорасположенные препятствия (сетка, веревка, планка) с попаданием в

горизонтальную цель (щит баскетбольной корзины) и, наконец, броски непосредственно в корзину.

Т.о, все эти упражнения включают бросок мяча, но условия его выполнения постепенно усложняются. Если в качестве подводящего упражнения используется хорошо освоенное ранее движение, то достаточно повторить его несколько раз непосредственно перед разучиванием нового двигательного действия.

Подводящими упражнениями могут служить:

1. Отдельные части изучаемого двигательного действия.
2. Имитация изучаемых двигательных действий.
3. Непосредственно изучаемое двигательное действие, которое выполняется в облегченных условиях.
4. Само изучаемое двигательное действие, выполняемое в замедленном темпе. При выполнении упражнения в замедленном темпе ребенку легче контролировать свои движения, и он допускает меньше ошибок.

На занятии дети упражняются в 4 движениях. Это подводящие упражнения для футбола, волейбола, баскетбола и гандбола. Например, удар по неподвижному

мячу с 1,2,3 шагов; ведение мяча одной рукой и передача его в парах; отбивание пляжного мяча пальцами или ладонями.

Подвижная игра проводится также с элементами спортивных игр. Например, могут быть использованы такие игры, как: «Мяч через сетку», «Подвижная цель», «Перестрелка», «Задержи мяч», «Кого назвали, тот ловит мяч» и др.

В заключительной части занятия дается теоретический материал по истории возникновения, правилам спортивных игр, дидактические игры («Опиши и назови игру», «Узнай игру по описанию», «Из какой игры мяч?», «Фотозагадки»), викторины на знание игр, рассматривание иллюстрации и фотографии с изображением игровых моментов. В помощь себе сформированы папки с теоретическим и методическим материалом по спортивным играм, в которых используется мяч.

Обучение спортивным играм и упражнениям протекает более успешно при реализации всех общедидактических принципов. Особенно важно обеспечить доступность учебного материала и индивидуальный подход к детям, так как спортивные упражнения и игры являются довольно сложными для дошкольников.

При подборе физических упражнений учитываются возрастные и индивидуальные особенности, возможности каждого ребенка и на их основе определены посильные для него задания.

Индивидуальный подход достигается при подборе методов обучения и воспитания в зависимости от степени усвоения учебного материала каждым ребенком, при учете реакции его организма на физическую нагрузку.

Все задания и упражнения программы «Школы мяча» активно стимулируют проявление физических качеств — ловкости, точности, быстроты, чувства ритма, силы, выносливости.

### 3. Список литературы:

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» [Текст]: Книга для воспитателей дет.сада./ Э.Й. Адашкявичене. М.: Просвещение, 1992. 159 с.
2. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М., Просвещение, 1983г.
3. Ашмарина, Б.А. Теория и методики физического воспитания [Текст]: учеб. для студентов ффк / Б.А. Ашмарина.- М.: Просвещение, 1990.-с. 176-180.
4. Вавилова, Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. [Текст]: Пособие для воспитателей д/сада / Е.Н. Вавилова.- М.: Просвещение, 1986.-128с.
5. Волошина, Л.Н. «Играйте на здоровье!» [Текст]: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет/Л.Н. Волошина. М.: АРКТИ, 2004. -144с.
6. Волошина Л., Курилова Т. Играем в баскетбол
7. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ», издательство НЦ ЭНАС, 2004.
8. Гришин В.Г. Игры с мячом
9. Николаева Н.И. Школа мяча [Текст]: учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений/Н.И. Николаева СПб. «Детство - Пресс», 2008.-96с.
10. Осокина Т.И. Физические упражнения и подвижные игры для дошкольников [Текст]: / Т.И. Осокина, Е.А Тимофеева.-Изд.2-е, доп., М., «Просвещение», 1971.-210с.
11. Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет» -«Детство-пресс», 2009.
12. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.
13. Филиппова С.О., под ред. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения» - «Детство-пресс», 2005.
14. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей старших дошкольников» - издательство «Детство-пресс», 2010.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 141514900147118237364352380878080503098084945431

Владелец Кивотова Элла Болеславовна

Действителен с 25.09.2024 по 25.09.2025