

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 1» городского округа Самара

РОССИЯ, 443028, г. Самара, Красноглинский район, мкр. Крутые Ключи
ул. Крутые Ключи, д.34
тел.:(846) 213-15-71; 8(846)2131572; e-mail: so_sdo.ds1@samara.edu.ru

Принята на заседании
педагогического совета
от «29» мая 2024
Протокол №5 от «29» мая 2024

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №1» г.о. Самара
Щетинкина О.Н.
Приказ №256-ОД
от «16» июля 2024г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Школа мяча»



Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся 6-7 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Яковлева Светлана Борисовна,
инструктор по физической культуре

Самара, 2024 год

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
2. Учебный план	7
3. Учебно-тематический план	7
4. Содержание программы	7
5. Ресурсное обеспечение программы	8
6. Список литературы и интернет-ресурсов.....	11
Приложение	

1. Пояснительная записка

Краткая аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа мяча» направлена на физическое развитие дошкольников, повышение двигательной активности, владение ими мячом на достаточно высоком уровне. Программа предусматривает детскую изобретательность и мыслительную деятельность, включая в себя элементы эмоционального и речевого компонента, элементы ознакомления дошкольников в области спортивной и соревновательной деятельности, выносливость, коммуникабельность детей, развивает уверенность в себе.

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа мяча» - физкультурно-спортивная.

Актуальность программы

Актуальность данного направления в работе с детьми-дошкольниками обусловлена недостаточным вниманием к развитию игровых видов спорта. Не смотря на то, что содержание и методика обучения элементам игры в баскетбол и футбол детей дошкольного возраста специально не разрабатывались, авторы методических пособий по физическому воспитанию подчеркивают целесообразность использования элементов баскетбола в качестве одного из средств физического воспитания старших дошкольников. Так, А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева, Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева и др. рекомендуют применять игру в баскетбол или включать элементы баскетбола в подвижные игры. Следовательно, необходимо детально разработать методику обучения элементам игры в баскетбол и футбол детей дошкольного возраста для использования ее в кружковой работе, определение его содержания с учетом возрастных особенностей детей, их физического развития и физической подготовленности. При этом необходимо учитывать и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста, и специфику работы дошкольного учреждения.

Традиционная физическая деятельность не может решить проблему двигательного голода. Поэтому основная цель моей работы - приобщить детей к здоровому образу жизни через дополнительные занятия.

Повышение эффективности физического воспитания детей дошкольного возраста чрезвычайно важно, так как именно в этом возрасте закладываются основы физического развития человека. Необходимость работы в данном направлении возникла по ряду причин:

- недостаточная двигательная активность детей в течение дня, (особенно в холодный период года)
- большая загруженность статическими занятиями
- желание реализовать себя в движении

- недостаточность внимания игровым видам спорта, обучению детей игре в баскетбол, футбол, волейбол

- желание родителей видеть ребенка физически совершенным: развитым, здоровым, активным

Одним из путей совершенствования физического воспитания в детском саду – применении известных и хорошо зарекомендовавших себя средств физического воспитания: спортивных игр (баскетбол, футбол, волейбол и др.)

Программа построена на подвижных играх, игровых упражнениях с элементами спорта и игровых упражнениях. Игры, игровые упражнения, включающие самые разнообразные двигательные действия, создают целостную систему обучения, доступную для детей.

Новизна программы

Развитие физических способностей детей осуществляется в интеграции учебно-воспитательного процесса и кружковой работы. Особое внимание уделяется формированию двигательных навыков и закреплению на основе высокой степени повторяемости и оптимальной последовательности способам владения мячом.

Занятия проводятся эмоционально, с большим использованием игровых упражнений с мячом, игр с предметами, что позволяет дольше поддерживать интерес детей, повышать эффективность и точность выполнения упражнений с мячом.

Содержание программы сориентировано на создание у детей хорошей физической подготовки, воспитание нравственно-волевых, моральных качеств, чувства коллективизма.

Цель программы: освоение техники игры в баскетбол и футбол, улучшение деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), совершенствование физического развития и физической подготовленности детей.

Задачи программы:

Образовательные:

- Учить детей владеть различной техникой игр с мячом;
- Обучить технике игры в баскетбол, мини-футбол.
- Познакомить дошкольников с техникой безопасности игр с мячом;
- Познакомить детей с правилами спортивных игр с мячом (баскетбол, футбол).

Воспитательные:

- Формировать интерес к физическим упражнениям с мячом;
- Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно

поставленной цели;

- Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях;
- Воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Развивающие:

- Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.
- Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передачу мяча, броски мяча в корзину, блокирование, ведение мяча;
- Формировать умение выбирать целесообразные способы и ситуации действий с мячом;
- Развивать психофизические качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость;
- Развивать координацию движений, глазомер.

Характеристики особенностей развития детей 6-7 лет

На седьмом году жизни у детей происходит качественный скачок в развитии движений, появляется выразительность, плавность, точность, особенно при выполнении циклических и ациклических видов деятельности. Дети лучше осваивают ритм движения. Быстро переключаются с одного темпа на другой, что особенно важно при обучении игре в баскетбол и футбол. Точнее оценивается пространственное расположение частей тела, предметов, глазомер. Дети начинают замечать ошибки при выполнении отдельных упражнений с мячом, способны на элементарный анализ. Они могут различать в содержании упражнений с мячом не только его основные элементы, но и детали, начинают осваивать более тонкие движения в действии кистью при передаче, ведении, броска мячом по кольцу, удар по воротам, пас «Щёчкой», остановка ногой мяча и т. д.

Сроки реализации

Срок реализации программы - 1 год. Всего 35 занятий.

Формы организации деятельности: индивидуальная, индивидуально-групповая, групповая.

Формы обучения: беседа, игра, эстафета, мастер-класс, олимпиада, открытое занятие, праздник, практическое занятие, чемпионат, соревнования.

Режим занятий

Программа предназначена для занятий с детьми 6-7 лет; составлена с учетом их возрастных особенностей, физиологических параметров работоспособности и порога утомляемости организма при физических нагрузках. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Длительность кружкового занятия для детей подготовительной группы 30 минут. Форма обучения – специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

Количество детей в кружке: 15-25 человек. Место проведения – спортивный зал детского сада, в теплое время года - спортивная площадка.

Ожидаемые результаты

К концу года дети владеют:

- техникой передачи, ловли, ведения и бросков мяча в упражнениях на месте, затем в движении, с дополнительными заданиями, при противодействии другого игрока, в сочетании разных действий с мячом и без мяча;
- тактическими приёмами игры в баскетбол и футбол, усложняя действия с мячом и взаимодействия игроков между собой в эстафетах с элементами баскетбола, футбола;
- уметь выполнять различные упражнения с теннисным мячом (индивидуально, в парах);
- действовать по сигналу инструктора;
- уметь играть с мячом, не мешая другим;
- согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);
- соблюдать технику безопасности игры с мячом;
- знать правила спортивных игр с мячом.

Оценочные материалы

Диагностика проводится для контроля уровня развития физических качеств ребёнка и физической подготовки. Результатом диагностики выявляется выполнение различных упражнений с мячом (теннисным, баскетбольным, футбольным), общий уровень физического развития, уровень специальной подготовки двигательного аппарата.

Методы диагностики: тестирование

Формы аттестации

Результативность освоения детьми программы осуществляется с помощью различных способов проверки:

- текущий контроль знаний в процессе устного опроса;
- текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- взаимоконтроль;
- самоконтроль;
- контрольные упражнения и диагностические тесты.

2. Учебный план

Название раздела	Количество часов		
	Всего	Теория	Практика
«Теннисный мяч»	4	1	3
«Баскетбол»	23	1	22
«Футбол»	8	1	7
Итого часов	35	3	32

3. Учебно-тематический план

Название раздела	Количество часов			Формы аттестации
	Всего	Теория	Практика	
«Теннисный мяч»	4	1	3	Наблюдение, творческая работа
«Баскетбол»	23	1	22	Наблюдение, творческая работа
«Футбол»	8	1	7	Наблюдение, творческая работа
Итого часов	35	3	32	

4. Содержание программы

Реализация программы происходит в условиях дополнительной деятельности по физическому развитию.

Наилучшим способом общения с детьми является игра. Игра – это способ познания мира. «Игра помогает воспитанию, ибо она питает нашу любознательность и лежит в основе всякого развития и творчества», - говорил Блаженный Августин. Игра, а точнее сам факт наличия в любой игре правил, учит ребенка понимать, что в жизни есть тоже определенные законы. При этом, когда ребенок играет, он не испытывает страха, что может сделать что-то неправильно. Обучение детей основным приемам владения мячом в игровых условиях имеет целью достижение благоприятного физического развития, разносторонней двигательной

подготовленностью детей, ознакомление детей с баскетболом, волейболом и футболом в доступной форме и преемственностью в работе по физическому воспитанию ДООУ и начальной школы.

5. Ресурсное обеспечение программы:

Характеристика помещения для занятий по программе

<i>Параметры</i>	<i>Характеристика параметров</i>
Общая площадь (кв. м)	94,2 кв.м.
Освещение естественное	7 окон
Освещение искусственное	лампы дневного света с защитой
Уровень освещенности	норма
Наличие системы пожарной безопасности	имеется
Наличие системы отопления	имеется
Возможность проветривания помещения	имеется
Поверхность пола – резиновое покрытие для спортивных помещений	имеется

Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы (в расчете на количество обучающихся):

- мячи по числу детей (баскетбольные, футбольные, теннисные);
- навесное баскетбольное кольцо;
- баскетбольное кольцо на стойке;
- футбольные ворота;
- ориентиры (фишки, конусы);
- обручи по числу детей;
- длинная скакалка;

Информационное обеспечение:

- аудиосистема;
- аудиотека

Кадровое обеспечение: Яковлева Светлана Борисовна - инструктор по физической культуре высшей квалификационной категории

Методические материалы

Занятия проводятся очно в спортивном зале, в теплое время года - на спортивной площадке.

Методы обучения: словесный, наглядный практический, игровой.

Методы воспитания: мотивация, упражнение, поощрение

Педагогические технологии: здоровьесберегающая технология, технология индивидуального обучения, технология группового обучения, технология блочно-модульного обучения, технология развивающего обучения, технология игровой деятельности.

Алгоритм учебного занятия

Вводная часть: различные виды ходьбы и бега, подскоков, прыжков, корригирующие упражнения.

Основная часть: ОРУ, упражнения с мячом, элементы спортивных игр с мячом, п/и, эстафеты с мячом.

Заключительная часть: м/п игра, ходьба, релаксация.

Методика обучения игре в баскетбол.

Успешное выполнение игровых действий с мячом связано с овладением детьми наиболее целесообразными приемами перемещения по площадке.

В старшем дошкольном возрасте детей учат принимать основную стойку баскетболиста: ноги умеренно согнуты в коленях, расставлены на ширину плеч, одна из них выставлена на полшага вперед; тяжесть тела распределяется на обе ноги равномерно; руки согнуты в локтях, прилегают к туловищу.

Передвижение по площадке осуществляется преимущественно бегом, который сочетается с ходьбой, остановками, поворотами и прыжками. Упражнения в перемещении по площадке совмещаются с действиями с мячом. Следует помнить, что, удерживая мяч двумя руками, ребенок должен охватывать его широко расставленными пальцами не совсем сбоку, а несколько сзади. Мяч лучше держать так, чтобы он не закрывал лицо играющего и не ограничивал видимости. При ловле мяча его встречают руками, захватывают пальцами и, сгибая руки, мягко подтягивают к себе, не прижимая к груди. Кисти рук при этом должны быть расслаблены, а ноги надо эластично сгибать. Передача мяча и его ловля выполняются сначала с места, потом в движении, одновременно двумя (от груди) и одной рукой (от плеча). Эти упражнения усложняют последовательно.

От индивидуальных действий с мячом детей переводят к упражнениям парами, тройками и группками. В старшем дошкольном возрасте детей начинают приучать к правильной технике передачи мяча: в правильной стойке, держа мяч на уровне груди двумя руками, ребенок совершает небольшое дугообразное движение к туловищу по направлению вниз - на грудь, а затем, разгибая одновременно руки и ноги и действуя всем корпусом, он посылает мяч активным движением кистей вперед.

Броскам мяча в корзину детей обучают одновременно с обучением передаче мяча, так как эти движения сходны по структуре. Однако в броске мяча, в отличие от передачи, ребенок описывает мячом, который он удерживает в исходном положении у груди, небольшую дугу вниз на себя, а затем бросает его, выпрямляя руки вверх, но не вперед. Одновременно разгибаются ноги, туловище устремляется вверх - вперед, происходит приподнимание на носки, руки сопровождают полет мяча, отталкивают его кистями, направляя в корзину. Прицеливаясь, следует смотреть в ту точку, в

которую хочешь попасть мячом, поднимая при этом голову. Детей упражняют в бросании мяча в цель через веревку, сетку, высота которых постепенно увеличивается.

В старшем дошкольном возрасте инструктор старается всесторонне подготовить их к усвоению необходимых для игры приемов, формируя навыки самых разнообразных действий с мячом.

Индивидуальная методика владения теннисным мячом

Метание в цель (горизонтальную и вертикальную) выполняется теннисными мячами. Горизонтальной целью служит корзина, кегли; вертикальной - щит с нарисованным кругом, обруч. В зависимости от характера цели выбирается способ метания. Теннисный мяч в корзину или лежащий на земле обруч бросают двумя руками снизу, маленький. В вертикально расположенную цель бросают одной рукой. В метании надо обращать внимание на чередование бросков правой или левой рукой - это важно для гармоничного развития обеих рук, для профилактики появления нарушения осанки.

Методика обучения игре в футбол.

Для организации занятий по физическому воспитанию с детьми 5-7 лет на основе использования элементов игры в футбол необходимо осуществить ряд последовательных мероприятий. Суть их заключается в подготовке мест и инвентаря в спортивном зале или на спортивной площадке, подборе соответствующих возрастным особенностям способов владения мячом, создании условий выполнения различных движений в голеностопном, коленном и тазобедренном суставах, использовании упражнений для двигательного действия футболиста (удары по мячу, передачи, остановки, ведения).

Рекомендуется применять специальные упражнения в следующей последовательности: на развитие «чувства мяча»; на обучение ударам; на обучение остановкам и передач; на обучение ведения; комбинированные упражнения, направленные на закрепление и совершенствование игры в футбол. Занятия необходимо проводить длительностью по 25-30 минут. Включать элементы игры в футбол в каждое занятие в процентном соотношении 25% от общего времени занятий.

В процессе деятельности необходимо использовать упражнения, в условиях обеспечивающих интеграцию познавательной и двигательной деятельности детей. Для этого необходимо подготовить спортивный инвентарь и оборудование с дидактической символикой (мячи, ворота, ориентиры, мишени, обводки).

Игра в футбол по упрощенным правилам проводится малыми

командами от 2 до 4 человек. Рекомендуемая длительность игры - два тайма по 3-5 минут.

Перед игрой детей знакомят с правилами игры в футбол.

Формирование двигательных действий с мячом должно осуществляться на основе повторения упражнений для детей 5-7 лет по 10-12 раз по 4-5 серий.

На каждом этапе обучения необходимо осуществлять анализ выполнения детьми двигательных действий и установить основные ошибки. Определить, в какой фазе движений они происходят, использовать подводящие упражнения различными частями тела, таким образом, чтобы достичь согласования отдельных движений.

6. Список литературы

1. Адашкявичене Э.Й. «Баскетбол для дошкольников». М.: «Просвещение», 1983.
2. Адашкявичене Э. Й «Спортивные игры и упражнения в детском саду». М.: «Просвещение», 1992.
3. Кенеман А. В.; Хухлаева Д. В. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста». М.: Просвещение, 1980.
4. Осокина Т. И.; Тимофеева Е. А.; Фурмина Л. С. «Игры и развлечения детей на воздухе». М.: Просвещение, 1978.
5. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. М., 2001

Диагностика

Ф.И. ребенка	Год рождения	Показатели физического развития					
		Ведение мяча, стоя на месте и в движении (3-5 м)		Бросок мяча в баскетбольную корзину с 3 шагов (3 из 5)	Выполнять различные виды передачи мяча	Ведение мяча правой/левой ногой, остановка мяча ногой (3-5 м)	Удар по воротам (3 из 5)
		Правой рукой	Левой рукой				

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Месяц	Неделя	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	1	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Техника безопасности, правила поведения и предупреждение травматизма в работе спортивного кружка; ознакомление с игрой большой теннис; разучивание различных упражнений с теннисным мячом на месте индивидуально; игра под музыку на владение теннисным мячом	Физ.зал	Теоретическая
		2	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Разучивание различных упражнений с теннисным мячом в движении индивидуально. Игра под музыку на владение теннисным мячом в движении	Физ.зал	Практическая
		3	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Закрепление различных упражнений с теннисным мячом на месте и в движении. Игра «Метко в цель» из различных положений	Физ.зал	Практическая
		4	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Совершенствование различных упражнений с теннисным мячом на месте, в движении под музыку. Игра «Отбей мяч - не пропусти» по кругу, «Выбивалы»	Физ.зал	Практическая
2	Октябрь	5	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Техника безопасности, правила поведения и предупреждение травматизма в работе спортивного кружка. Ознакомление с игрой баскетбола. Закрепить умение передвигаться приставным шагом вперёд с правой и левой ноги, в сторону правым и левым боком. Развивать координацию движений, глазомер. Воспитывать интерес к спортивной игре. Игра «К своим флажкам»	Физ.зал	Теоретическая
		6	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Обучение умению подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками (с 1 хлопком, затем с 3 хлопками) на месте. Закрепить умение выполнять упражнения на владения мячом на месте и в движении. Развивать ловкость, глазомер. Игра «Я владею мячом» (под музыку)	Физ.зал	Практическая
		7	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Обучение умению подбрасывать мяч вверх и ловить правой, левой рукой и попеременно на месте. Закрепить умение на месте подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками (с 1 хлопком, затем с 3 хлопками). Развивать ловкость, глазомер и координацию движений. Игра «Я владею мячом» (под музыку)	Физ.зал	Практическая
		8	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Игровое занятие. «Щука и караси». «Выбивалы». «Кот идёт»	Физ.зал	Практическая
3	Ноябрь	9	17.00-17.30	очная	1	Обучение броскам мяча об пол и ловле мяча после отскока двумя руками на месте. Закрепить умение подбрасывать мяч вверх и ловить	Физ.зал	Практическая

			17.30-18.00			мяч правой, левой рукой и попеременно на месте. Развивать ловкость, глазомер. Игра «Выбивалы»		ская
		10	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Обучение умению вести мяч правой/левой рукой и попеременно на месте. Закрепить умению броска мяча об пол и ловле мяча двумя руками после отскока. Развивать координацию движения, глазомер. Игра «Собачка»	Физ.зал	Практическая
		11	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Обучение ведению мяча правой/левой рукой и попеременно в движении (ходьбе). Закрепить умению вести мяч правой/левой рукой попеременно на месте. Способствовать развитию ориентировки в пространстве. Игра «Выбивалы»	Физ.зал	Практическая
		12	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Игровое занятие «Щука и караси», «Гонка мяча», «Кот идёт»	Физ.зал	Практическая
4	Декабрь	13	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Обучение передаче мяча двумя руками снизу, от груди, стоя на месте парами. Закрепить ведение мяча правой/левой рукой и попеременно в движении (в ходьбе). Способствовать развитию координации движения, глазомер. Игра «Передал - садись»	Физ.зал	Практическая
		14	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Обучение передаче мяча двумя руками из-за головы, стоя на месте, парами. Закрепить передачу мяча двумя рукам сверху от груди, стоя на месте парами. Способствовать развитию ловкости, координации движения. Игра «Передал - садись».	Физ.зал	Практическая
		15	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Обучение передаче мяча одной рукой от плеча стоя на месте парами. Закрепить передачу мяча двумя руками из-за головы, стоя на месте парами. Способствовать развитию ловкости, координации движения. Игра «Передал - садись».	Физ.зал	Практическая
		16	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Обучение передаче мяча одной рукой от плеча стоя на месте парами. Закрепить передачу мяча двумя руками из-за головы, стоя на месте парами. Способствовать развитию ловкости, координации движения. Игра «Передал - садись»	Физ.зал	Практическая
5	Январь	-	-	-	-	Новогодние каникулы	-	-
		17	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Учить передаче мяча с отскоком об пол, стоя на месте и парами. Закрепить передачу мяча одной рукой от плеча стоя на месте парами. Способствовать развитию координации движения, ловкости. Игра «Вертушка»	Физ.зал	Практическая
		18	17.00-17.30	очная	1	Учить ведению мяча правой/левой рукой с последующей передачей мяча разными способами. Закрепить передачу мяча с отскоком о пол,	Физ.зал	Практическая

			17.30-18.00			стоя на месте парами. Развивать координацию движения, глазомер. Эстафета с элементами баскетбола		
		19	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Учить перебрасыванию мяча через сетку или верёвку, натянутую выше головы ребёнка произвольным способом (ранее изученным) и ловле мяча после броска. Закрепить ведение мяча правой/левой рукой с последующей передачей мяча произвольным способом. Способствовать развитию ориентировки в пространстве. Игра «Перестрелка» с ведением мяча	Физ.зал	Практическая
6	Февраль	20	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Учить броскам мяча в корзину от груди и снизу двумя руками с места. Закрепить перебрасывание мяча через сетку или верёвку натянутую выше головы ребёнка произвольным способом и ловля мяча после броска. Совершенствовать ведение мяча правой/левой рукой и попеременно в движении. Игра «Перестрелка» с ведением мяча	Физ.зал	
		21	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Учить броскам мяча в корзину двумя руками из-за головы с места. Закрепить умения бросать мяч в корзину от груди и снизу двумя руками. Развивать координацию движений и глазомер. Игра «Мяч водящему» (в шеренге, колонне, по кругу)	Физ.зал	Практическая
		22	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Учить броскам мяча в корзину одной рукой от плеча с места. Закрепить умение броска мяча в корзину двумя руками из - за головы. Совершенствовать ведение мяча правой/левой рукой и попеременно в движении. Эстафета с элементами баскетбола	Физ.зал	Практическая
		23	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Игровое занятие «Салки», «Выбиваль», «Кот идёт»	Физ.зал	Практическая
7	Март	24	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Учить ведению мяча с изменением направления. Закреплять умение броска мяча в корзину одной рукой от плеча. Развивать ловкость и глазомер. Эстафета с элементами баскетбола	Физ.зал	Практическая
		25	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Учить ведению мяча с изменением скорости передвижения. Закрепить ведение мяча с изменением направления. Способствовать умению ориентировки в пространстве. Эстафеты с элементами баскетбола	Физ.зал	Практическая
		26	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Учить ведению мяча с изменением высоты отскока мяча. Закрепить ведение мяча с изменением скорости передвижения. Эстафеты с элементами баскетбола	Физ.зал	Практическая
		27	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Игровое занятие «Щука и караси», «Собачка», «Воробы и вороны»	Физ.зал	Практическая

8	Апрель	28	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Ознакомление со спортивной игрой футбол и тактическим приёмам. Учить умению выполнять пас «Щёчкой», остановка ногой в парах. Закрепить умение ведения мяча с изменением высоты отскока мяча в парах. Развивать ловкость, глазомер. Игра «Перестрелка»	Физ.зал	Теоретическая
		29	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Учить умению выполнять удар носком по мячу в ворота в парах. Закрепить умение выполнять пас «Щёчкой», остановка ногой в парах. Развивать координацию движений. Игра: «Вертушка»	Физ.зал	Теоретическая
		30	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Учить умению вести мяч правой и левой ногой к партнёру, остановка мяча ногой, назад спиной отбежать на своё место. Закрепить умение выполнять удар носком по мячу в ворота в парах. Способствовать развитию ориентировки в пространстве. Игра: «Отбей мяч»	Физ.зал	Теоретическая
		31	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Игровое занятие «Салки», «Выбивалы», «День – Ночь»	Физ.зал	Теоретическая
9	Май	32	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1 1	Учить умению выполнять обман противника «Финт». Выполняется показ удара ногой мяча вперёд и делаем обманное движение, затем удар пяткой назад. Закрепить умение вести мяч правой и левой ногой к партнёру, остановка мяча ногой, назад спиной отбежать на своё место. Развивать ловкость, координацию движений. Игра: «Набивание мяча»	Физ.зал	Теоретическая
		33	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Учить правилам игры «Забивака». Закреплять умение выполнять обман противника «Финт». Развивать ловкость, глазомер. Игра: «Набивание мяча»	Физ.зал	Теоретическая
		34	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Закрепляем тактические приёмы в эстафетах с элементами футбола. Способствуем развитию ориентировки в пространстве. Игра «Забивака»	Физ.зал	Теоретическая
		35	17.00-17.30 17.30-18.00	очная	1	Совершенствуем тактические приёмы в эстафетах с элементами футбола. Развиваем глазомер, ловкость, координацию движений. Игра: «Забивака»	Физ.зал	Теоретическая