

ПРИНЯТА
педагогическим советом
МАДОУ «ДС № 10 «Берёзка»
протокол от 30. 05. 2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА
приказом МАДОУ
«ДС № 10 «Берёзка»
от. 30. 05. 2025 г. № 132

СОГЛАСОВАНА
советом родителей
(законных представителей)
обучающихся МАДОУ «ДС № 10
« Берёзка»
протокол от 30.05.2025г. № 1

**АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНОЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ: «ЗВОНКИЙ МЯЧ» ДЛЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ С ТЯЖЁЛЫМ НАРУШЕНИЕМ РЕЧИ**

Возраст обучающихся: от 5 до 8 лет
Срок реализации: 1год

Автор-составитель:
Толмачёва Инна Николаевна,
инструктор по Ф К

ст. Староминская
2024 год

Содержание
Адаптированной дополнительной общеразвивающей программы
физкультурно – спортивной направленности: «Звонкий мяч» для
обучающихся с тяжёлым нарушением речи (далее – с ТНР)
(далее - Программа)

I. Пояснительная записка.....	2
1.1. Направленность Программы.....	2
1.2. Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность, отличительные особенности Программы.....	3
1.3. Адресат Программы.....	6
1.4. Объем и срок реализации Программы.....	7
1.5. Формы обучения.....	7
1.6. Режим занятий.....	8
1.7. Особенности организации образовательного процесса.....	8
1.8. Планируемые результаты освоения Программы.....	8
II. Содержание Программы.....	9
2.1. Учебный план.....	9
2.2. Календарный учебный график	25
III. Условия реализации Программы.....	29
3.1. Материально-техническое обеспечение.....	29
3.2. Информационное обеспечение	29
3.3. Методическое обеспечение.....	29
3.4. Кадровое обеспечение.....	31
IV. Оценка качества освоения Программы.....	31
Список литературы.....	33

1.1. Направленность Программы

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по формированию физических способностей «Звонкий мяч» для обучающихся с тяжелым нарушением речи разработана в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 мая 2022 года № 678-р (с изменениями на 15 мая 2023 года), Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «О направлении информации»).

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа по формированию физических способностей «Звонкий мяч» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса детей с ТНР, обеспечивает развитие личности дошкольников в различных видах деятельности с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей. Она содержит подбор физических упражнений и игр для детей 5 - 8 лет, который может быть реализован в разных формах и видах двигательной деятельности в детском саду и дома.

Программа позволяет в полной мере реализовать физические возможности ребенка с ТНР, способствует развитию целого комплекса умений и навыков, помогает реализовать потребность в общении.

1.2 Актуальность, новизна, педагогическая ценность, отличительные особенности Программы

Программа «Звонкий мяч» физкультурно-спортивной направленности, является адаптированной, ознакомительной. Она разработана для детей дошкольного возраста 5-8 лет (старшая и подготовительная группы с ТНР). В соответствии с положениями Закона «Об образовании», ФОП дошкольного образования, в Программе учтены санитарно-гигиенические требования к устройству, содержанию и организации режима работы МАДОУ.

Среди многих факторов (социально-экономических, демографических, культурных и др.), которые оказывают влияние на состояние здоровья детей, по интенсивности воздействия физическое воспитание занимает особое место. Ведь чем активнее вовлечение ребенка в мир движений, тем богаче и

интереснее его физическое и умственное развитие, крепче здоровье. Выявлено, что дошкольники испытывают «двигательный дефицит». Не секрет, что из-за плохой погоды осенью, зимой, короткого светового дня, возрастающих познавательных интересов детей (просмотр мультфильмов, компьютерные игры и др.) дети много времени проводят в статичном положении. Это вызывает утомление определенных мышц, нарушение обмена веществ и энергии, ведёт к снижению сопротивляемости организма к изменяющимся внешним условиям, ухудшению здоровья. В связи с этим, именно у детей старшего дошкольного возраста уже могут сформироваться вредные привычки малоподвижного образа жизни.

Повышение эффективности физического воспитания именно старшего дошкольного возраста чрезвычайно важно, так как в этом возрасте закладываются основы физического развития. В тоже время усиливаются требования к подготовленности воспитанников к учебной деятельности в школе, в том числе к физической культуре, где уже в первом классе ребенок изучает игровые виды спорта.

Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети, а особенно дети с речевыми отклонениями, испытывают двигательный дефицит. Он приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижению силы и работоспособности скелетной мускулатуры, влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопие, вызывает задержку возрастного развития, тяжелые нарушения речи.

Для удовлетворения потребности детей в двигательной активности в ДООУ необходимо организовывать занятия по интересам физкультурно-спортивной направленности. Одним из таких путей являются дополнительные занятия по физическому развитию в кружке: «Звонкий мяч» для детей с ТНР.

Новизна программы заключается в разработанной системе занятий с учетом особенностей психомоторного развития дошкольников с ТНР, реального уровня их физической подготовленности.

Игры и эстафеты, подвижные игры с мячом помогают корректировать речевые нарушения, дают возможность каждому ребенку с речевыми расстройствами почувствовать важность участия в совместных действиях, помощи друг другу для достижения результата и успеха, познакомиться с элементами спорта, т.е. приобщают детей с ТНР к универсальным ценностям человеческой жизни, доброте, коллективизму, взаимопомощи.

Данная программа разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются в:

- поддержке разнообразия детства;
- сохранении уникальности и самоценности детства;
- реализации программы в формах, специфических для детей дошкольного возраста, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности;

- принципе индивидуально-дифференцированного подхода ;
- принципе интеграции образовательных областей;
- принципе гармоничности образования;
- поддержке инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничестве ДООУ с семьёй;
- возрастной адекватности дошкольного образования (соответствии условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- приобщении детей к социокультурным нормам, традициям семьи.

Большое место в физическом развитии детей занимают спортивные упражнения, а также элементы спортивных игр. Овладение видами спортивных упражнений имеет важное значение для разносторонней физической подготовленности детей.

С раннего детства любимой и одной из первых игрушек и забав у ребенка был и остается - мяч. Дети мяч бросают, ловят, катят рукой и ногой без особых физических усилий, и каких-либо указаний. Ребенок самостоятельно определяет, что делать с этим уникальным для него предметом.

Упражнения в бросании, катании, отбивании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Игры с мячом различного объёма 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.

Систематические игры и упражнения активно влияют 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, ребёнок учится слаженно работать с партнёрами. Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры. Поэтому упражнения занимают одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми и стали основой для составления данной программы.

Отличительными особенностями данной программы является расширение возможностей физического развития на основе планирования и организации процесса развития двигательных способностей в процессе игры с мячом и максимального приближения занятий к игровой деятельности, соответствие их содержания возможностям и подготовленности детей с ТНР.

Цель программы: сформировать у детей старшего дошкольного возраста с ТНР навыки владения мячом, через знакомство с элементами спортивных игр при всестороннем двигательном и физическом развитии.

Задачи программы:

1. Образовательные:

- познакомить детей с историей, правилами и элементами спортивных игр: баскетбол, волейбол, футбол;

- приучать понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

2. Развивающие:

- развивать координацию, согласованность движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, зрительную и слуховую ориентацию, глазомер;
- формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, подача мяча, бросок через сетку, забрасывание в корзину, ведение мяча, удар по воротам и умение применять их в игровой ситуации;
- коррекция и развитие общей и мелкой моторики;
- развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы, обогащение словарного запаса.

3. Воспитательные:

- формировать общую культуру личности детей ОВЗ, в том числе ценности ЗОЖ;
- воспитывать положительные морально-волевые качества;
- воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

Основными особенностями данной программы является то, что она позволяет, в условиях дошкольной образовательной организации, через дополнительное образование, развивать и совершенствовать двигательные способности ребенка с ТНР. Это способствует формированию физических качеств, имеет четкую содержательную структуру на основе постепенной (от простого к сложному) реализации задач тематического блока.

Программа построена с учетом того, что каждый обучающийся есть неповторимая индивидуальность, обладающая свойственными только ей психическими, физическими и прочими особенностями и требует всестороннего изучения этих особенностей и индивидуально – дифференцированного подхода к методам их развития.

1.3 Адресат Программы

Данная программа составлена для детей 5-8 лет с учетом возрастных и психофизических особенностей детей с ТНР.

Ребенок с особыми образовательными потребностями — это ребенок с нарушениями, вследствие которых к нему нужно применять особые образовательные программы, отличные от стандартных.

У большинства детей дошкольного возраста с тяжелыми нарушениями речи специальными исследованиями выявлена недостаточная сформированность моторных функций.

Недостаточно развитая крупная моторика (движение рук, ног, туловища) проявляется в виде плохой координации частей тела при осуществлении сложных двигательных действий, их недостаточной точности и четкости, в

выраженных затруднениях при выполнении физических упражнений, как по показу, так и по словесной инструкции. Несовершенство тонкой (мелкой) ручной моторики, недостаточная координация кистей и пальцев рук обнаруживается в отсутствии или плохой сформированности навыков самообслуживания.

Во время выполнения физических упражнений значительно повышается уровень возбуждения двигательных зон центральной нервной системы. Возникающие в них очаги возбуждения способствует угасанию тех механизмов, которые являются причиной патологического процесса. Иначе говоря, болезненный очаг как бы блокируется, и нарушены функции в результате постепенно нормализуются. Работа мышц способствует улучшению обменных процессов, деятельности сердечно - сосудистой и дыхательной систем, повышению защитных реакций.

Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы.

Данные игры требуют от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить.

Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

На шестом году жизни ребенка навыки катания мячей получают дальнейшее развитие. Разнообразнее и сложнее становятся упражнения в бросании и ловле мяча. Дети должны иметь разносторонние навыки владения мячом. Они должны уметь его ловко принимать, непринужденно держать, быстро и точно передавать в разных направлениях. Детей учат вести мяч правой и левой руками. Задания для детей старшей группы активно стимулируют проявление разных физических качеств: ловкости, точности, быстроты, чувства ритма, силы, выносливости.

У детей седьмого, восьмого года жизни совершенствуются и закрепляются навыки всех способов катания, бросания и ловли. Значительно улучшается владение мячом. В результате упражнений движения ребенка становятся координированными, он овладевает умением управлять мячом, мягко отталкивая его кистью. Детей старшего дошкольного возраста знакомят с историей возникновения мяча: как делали мяч в старину в России, в какие игры играли; знакомят, какие мячи есть в современном мире и какие спортивные игры они олицетворяют - баскетбольные, волейбольные, футбольные, теннисные. В старших группах разучивают элементы спортивных игр с мячом: футбол, баскетбол, волейбол. Игры, игровые упражнения и задания с мячом развивают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки,

решительности, смелости. Дети учатся управлять своими движениями в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях.

1.4 Объем и срок реализации Программы

Общее количество учебных часов в год - 72. Занятия проводятся 2 раза в неделю (с сентября по май) по 1 академическому часу. Продолжительность занятий – не более 30 минут.

1.5 Формы обучения

Форма обучения – очная.

1.6. Режим занятий

Для обучения детей действиям с мячом организуются специальные занятия, которые имеют традиционную структуру и состоят из трёх частей:

- вводная часть (2 - 3 мин.): различные виды ходьбы и бега, подскоков, прыжков, корректирующие упражнения, упражнения для кистей рук с мелкими предметами, двух видов ОВД с мячами, подвижных игр и дыхательных упражнений;
- основная часть (15 - 20 мин.): ОРУ с разными видами мячей, ОВД с мячом, элементы спортивных игр, подвижные игры, эстафеты с мячом;
- заключительная часть (2-3 мин.): малоподвижная игра, ходьба, организовывается в виде релаксации, оздоровительных гимнастик, или просмотра презентаций, видеороликов, мультфильмов.

Основной формой организации являются занятия, которые проводятся в соответствии с учебным планом. Одно занятие соответствует 1 академическому часу.

1.7. Особенности организации образовательного процесса

Особенности организации образовательного процесса:

- занятия проводятся в разновозрастной группе 8-10 человек;
- набор детей осуществляется по желанию обучающихся и их законных представителей из группы детей с тяжелыми нарушениями речи, состав постоянный;
- режим и продолжительность занятия: очно, 2 раза в неделю, продолжительностью не более 30 минут (1 академический час);
- годовой объем образовательной нагрузки составляет 36 недель (72 занятия).

У детей старшего дошкольного возраста с ТНР при систематическом обучении значительно улучшаются навыки владения мячом. Они свободно его держат, передают, бросают. Дети умеют следить за полетом мяча и устремляются в сторону летящего мяча, стараясь поймать его. Поэтому на базе уже имеющихся движений появляется возможность формировать достаточно сложные действия с мячом, навыки выполнения их определенными способами.

Ребенок в состоянии понять сущность коллективной игры с мячом, цель и правила ее. Во время игры он должен уметь определять расстояние, траекторию полета мяча, его вес и упругость, уметь ориентироваться на площадке, находить более удобное место для ведения игры.

Формирование этих умений чрезвычайно важно для организации целесообразных взаимодействий играющих в коллективе детей при ловле, бросании, передаче, ведении и других действиях с мячом. В 5-8 лет дети могут подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.

Важнейшим требованием является выделение тех действий с мячом и без него, которые составляют основу техники любой подвижной игры, которые доступны детям, соответствуют его физическому развитию и дают наиболее эффективный результат в решении игровых задач.

1.8. Планируемые результаты освоения Программы

В ход реализации программы, обучающиеся с тяжелыми нарушениями речи, формирую навыки владения мячом, через знакомство с элементами спортивных игр при всестороннем двигательном и физическом развитии.

Предполагаемые результаты освоения программы:

1. Образовательные:

- дети знают историю зарождения спортивных игр: баскетбол, волейбол, футбол;
- знают правила, терминологию и элементы спортивных игр;
- понимают сущность коллективной игры с мячом, умеют выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом;
- знают правила поведения и техник безопасности на спортивной площадке.

2. Развивающие:

- у дошкольников развита координация, согласованность движений, выносливость, быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве, зрительная и слуховая ориентация, глазомер;
- сформированы простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, ведение мяча, забрасывание в корзину, подача мяча, бросок через сетку, ведение мяча ногами, удар по воротам и умение применять их в игровой ситуации;
- развита общая и мелкая моторики;

- развита сердечно -сосудистая и дыхательная системы, обогащен словарный запас.

3. Воспитательные:

- сформирована общая культура личности детей с ТНР, в том числе ценности здорового образа жизни;
- дети проявляют положительные морально-волевые качества;
- умеют согласовывать свои движения с движениями товарищей в коллективе, соотносить свои действия с правилами, соблюдают правила в командной игре.

Реализация данной программы способствует повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственно и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа обучающихся, стремящихся вести здоровый образ жизни. Направленность на усиление оздоровительного эффекта педагогического процесса достигается за счет включения в содержание программы материалов о разнообразных оздоровительных системах, комплексах упражнений с мячом с учетом индивидуального физического развития и подготовленности воспитанников с ТНР, состояния их здоровья.

II. Содержание Программы

2.1 Учебный план:

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Знакомство с мячом. Вводные занятия	1	1	1	беседы, анализ уровня полученных знаний
1.1.	Тема 1.1. Диагностика стартовых физических способностей	1	1	1	наблюдение
2.	Раздел 2. Технический.	26	4	22	наблюдение за действиями детей
2.1.	Тема 2.1. Имитационные упражнения без мяча,	9	2	7	наблюдение

	ловля и передача мяча				
2.2.	Тема 2.2. Ведение мяча	9	1	8	наблюдение
2.3.	Тема 2.3. Броски мяча	8	1	7	наблюдение
3.	Раздел 3. Тактический	14	2	12	анализ физкультурно – оздоровительных мероприятий, игровых упражнений
3.1.	Тема 3.1. Действие игрока на площадке при выполнении ведения мяча	7	1	6	наблюдение
3.2.	Тема 3.2. Действия игрока при выполнении броска в кольцо	7	1	6	наблюдение
4.	Раздел 4. Физическая подготовка	29	5	24	наблюдение за действиями детей, организация подвижных, спортивных игр, эстафет
4.1.	Тема 4.1. Общая подготовка	10	2	8	наблюдение
4.2.	Тема 4.2. Специальная подготовка	12	2	10	наблюдение
4.3.	Тема 4.3. Участие в соревнованиях	2	-	2	наблюдение
4.4.	Тема 4.4. Диагностика	1	-	1	наблюдение
4.5.	Тема 4.5. Индивидуальная работа	4	1	3	наблюдение
5	Раздел 5. Физкультурно - оздоровительная работа	2	-	2	соревнования, физкультурные развлечения, досуги

5.1.	Тема 5.1. Физкультурные развлечения	2	-	2	наблюдение
Итого		72	12	60	

Содержание учебного плана:

Занятие № 1

Раздел «Знакомство с мячом» Вводное занятие.

Тема: «Что я знаю о мяче?»

Теоретическое занятие: знакомство с мячом, история возникновения мяча, в какие игры с ним можно играть, какие бывают мячи, почему они разного диаметра и формы. Техника безопасности во время занятий.

Предложить самостоятельно поиграть с мячом, вспомнить знакомые упражнения и игры. Пальчиковые игры.

Занятие № 2

Раздел: «Знакомство с мячом»

Тема: «Диагностика стартовых способностей»

Теоретическое занятие: исследование свойств мячей и его возможностей, подбрасывание, ловля, ведение мяча на месте правой и левой рукой. П. игры: «За мячом», «Поймай мяч». Дыхательная гимнастика.

Занятие № 3

Раздел: «Знакомство с мячом»

Тема: «Диагностика стартовых способностей»

Теоретическое занятие: просмотр презентации: «Мой веселый звонкий мяч», обсуждение, знакомство с техникой безопасности в спортивном зале, передача мяча в парах снизу, сверху, от груди, бросание мяча вверх и ловля двумя руками, с заданиями на сигнал. Упражнения на дыхание.

Занятие № 4

Раздел: «Технический»

Тема: «Спорт и спортсмены»

Теоретическое занятие: ОРУ б.п., просмотр фотоальбома об известных спортсменах, отбивание мяча двумя руками, стоя на месте, одной рукой с продвижением вперед прямо, змейкой между предметами. П. игры: «Кого называли, тот ловит мяч» «Стоп». Пальчиковая гимнастика.

Занятие № 5

Раздел: «Технический»

Тема: «Эти разные мячи»

Практическое занятие: ОРУ(со средним мячом), подбрасывание и ловля мяча с заданиями, метание мяча в горизонтальную цель с расстояния

5м, метание мяча в вертикальную цель с расстояния 4 м. П. игры: «Подбрось выше и не урони», «За мячом». Релаксация.

Занятие № 6

Раздел: «Технический»

Тема: «Эти разные мячи»

Теоретическое занятие: ОРУ(с малым мячом), исследование свойств мячей и их возможности. Почему мяч круглый? Бывают ли мячи другой формы? Из чего делают мячи? Почему некоторые мячи полые внутри, а некоторые набиты разным материалом? Какие мячи тонут, а какие нет? Что происходит с нашим организмом (сердцем, легкими, кожей) когда мы бежим за мячом, прыгаем на мяче? Рассматривание мячей разного диаметра. Ведение мяча правой и левой рукой, ведение попеременно правой и левой рукой (на месте в движении). Релаксация.

Занятие № 7

Раздел: «Технический»

Тема: «Какие бывают мячи?»

Практическое занятие: ОРУ(с гимнастической палкой), ведение мяча на месте правой и левой рукой, ведение попеременно правой и левой руками, броски мяча вверх и ловля его в движении, броски об пол и ловля 2 руками в движении. П. игра: «Пятнашки с мячом». Спокойная ходьба и упражнения на восстановление дыхания.

Занятие № 8

Раздел: «Технический»

Тема: «Основная стойка баскетболиста»

Практическое занятие: беседа: «Спортивные игры с мячом», д.и.: «Что это за мяч?». Знакомство детей со спортивной игрой баскетбол, правилами игры, ОРУ(с гимнастической палкой), ведение на месте, броски о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать, броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно, броски мяча вверх с поворотом кругом. Логоритмические упражнения.

Занятие № 9

Раздел: «Технический»

Тема: «Основная стойка баскетболиста»

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), знакомство с правилами игры в баскетбол, повторение техники безопасности, знакомство с техникой выполнения бросков мяча, основная стойка баскетболиста, присесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги, поймать мяч, броски мяча вверх с поворотом кругом, броски мяча с хлопком и ловля его в движении. П. игра: «Мяч ведущему». Спокойная ходьба и упражнения на восстановление дыхания.

Занятие № 10

Раздел: «Технический»

Тема: «Двигаемся по площадке»

Практическое занятие: закрепление правил игры в баскетбол, повторение техники безопасности, знакомство с техникой выполнения перебрасывания мяча, ОРУ(без предметов), основная стойка баскетболиста, передача мяча друг другу в парах стоя напротив друг друга сверху, от груди, от плеча, во время бега, ходьбы. П. игры: «Отбей мяч», «Мяч в воздухе». Ходьба и упражнения на восстановление дыхания.

Занятие № 11

Раздел: «Технический»

Тема: «Двигаемся по площадке»

Практическое занятие: закрепление правил игры в баскетбол, повторение техники безопасности, знакомство с техникой выполнения забрасывания мяча в кольцо, ОРУ (с малым мячом), передача мяча двумя руками из-за головы, от груди, одной рукой от плеча. П. игры: «Лови, не лови», «Мяч в воздухе». Гимнастика для глаз.

Занятие № 12

Раздел: «Технический»

Тема: «Осваиваем ведение мяча»

Практическое занятие: ОРУ (с малым мячом), броски мяча в цель двумя руками из-за головы, от груди, в движении (ходьбе, беге), забрасывание мяча в корзину от плеча с разного расстояния, забрасывание мяча в корзину с трех шагов, отбивание мяча поочередно правой, левой рукой.

П. игры: «Не урони мяч», «Лови не лови».

Занятие № 13

Раздел: «Технический»

Тема: «Осваиваем ведение мяча»

Практическое занятие: ОРУ (с малым мячом), подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте, одной рукой и ловля 2 руками одновременно, подбрасывание и ловля мяча с поворотом, ведение мяча на месте правой и левой рукой, попеременно. П. игры: «Борьба за мяч», «Метко в цель». Дыхательная гимнастика.

Занятие № 14

Раздел: «Технический»

Тема: «Играй – мяч не теряй»

Практическое занятие: ОРУ б. п., перебрасывание мячей в парах разными способами, ведение мяча по площадке, забрасывание мяча в баскетбольное кольцо с разного расстояния, ведение мяча попеременно правой и левой рукой, ведение по прямой (5 м). П. игры: «Стоп», «Вызов по имени». Дыхательные упражнения.

Занятие № 15

Раздел: «Технический»

Тема: «Играй – мяч не теряй»

Практическое занятие: ОРУ(с малым мячом), забрасывание мяча в корзину от плеча с разного расстояния, в корзину с трех шагов, отбивание мяча поочередно правой, левой рукой, ведение мяча по площадке,

забрасывание его в баскетбольное кольцо с разного расстояния. П. игры: «Дни недели», «Кошка и собака». Упражнения для рук.

Занятие № 16

Раздел: «Технический»

Тема: «Играй – мяч не теряй»

Практическое занятие: ОРУ (с малым мячом), ведение мяча попеременно правой и левой рукой, броски мяча вверх и ловля его на месте, броски о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать, броски малого мяча об пол, ловля обеими руками одновременно, броски мяча вверх с поворотом кругом П. игры: «Прыгай - хлопай», «Ребро, ладонь, кулак». Пальчиковые игры.

Занятие № 17

Раздел: «Технический»

Тема: «Движение + движение = формула здоровья».

Теоретическое занятие: беседа: «О пользе закаливания», ОРУ(без предметов), обсуждение проблемных ситуаций: «Для чего человеку нужно двигаться?», «Откуда берутся болезни?», ведение мяча на месте, в движении, с остановкой на сигнал правой и левой рукой. Игры - эстафеты: «Передай мяч», «Проведи и не урони». Дыхательная гимнастика.

Занятие № 18

Раздел: «Технический»

Тема: «Движение + движение = формула здоровья».

Практическое занятие: беседа: «Что я знаю о ЗОЖ?», ОРУ(без предметов), ведение мяча правой и левой рукой на месте, в движении, с остановкой на сигнал. Игры - эстафеты: «Передал - садись», «Мяч ведущему». Самомассаж.

Занятие № 19

Раздел: «Технический»

Тема: «Весёлый мяч».

Практическое занятие: ОРУ(с коротким шнуром), основная стойка баскетболиста, игра с мячом в парах, метание мяча в цель (корзину) снизу, от плеча. П. игры: «Перестрелка», «Борьба за мяч». Упражнения для рук.

Занятие № 20

Раздел: «Технический»

Тема: «Весёлый мяч».

Практическое занятие: ОРУ (с коротким шнуром), основная стойка баскетболиста, перемещение с мячом по площадке, с последующим забрасыванием его в кольцо. Игры – эстафеты: «Кто больше забросит мячей?», «Весёлые наездники». Пальчиковые игры.

Занятие № 21

Раздел: «Технический»

Тема: «Весёлый мяч».

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), основная стойка баскетболиста, метание мяча в цель, в даль. П. игры: «Блуждающий мяч», «Штандер». Дыхательная гимнастика.

Занятие № 22

Раздел: «Технический»

Тема: «Весёлый мяч»

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), основная стойка баскетболиста, ведение мяча попеременно правой и левой рукой на месте, в движении, с остановкой, и последующим забрасыванием его в кольцо. П. игры: «Поймай - передай», «Блуждающий мяч», «Стоп». Динамическая пауза.

Занятие № 23

Раздел: «Технический»

Тема: «Играем в парах».

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), игровые упражнения: «Солнышко», «Не урони», «Гонка за мячом». Игры – эстафеты: « Проведи и не задень», «Меткий стрелок». Гимнастика для глаз.

Занятие № 24

Раздел: «Технический»

Тема: «Играем в парах».

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), основная стойка баскетболиста, перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы (3-4м.), от плеча одной рукой (3-4м.), передача набивного мяча в парах. Игровые упражнения: «Старт за мячом», «Не урони», « Дни недели». Игровой стретчинг.

Занятие № 25

Раздел: «Технический»

Тема: «Что можно и чего нельзя в баскетболе».

Теоретическое занятие: знакомство с техникой безопасности во время игры волейбол, беседа: «Почему нужно соблюдать игровые правила?», ОРУ(без предметов), перебрасывание мяча друг другу (правой и левой рукой), перебрасывание мяча через верёвку партнёру удобным способом, бросание мяча вверх и ловля его одной рукой. Игры - эстафеты: « Передай – не урони», «Попади в мишень». Спокойная ходьба.

Занятие № 26

Раздел: «Технический»

Тема: «Что можно и чего нельзя в баскетболе»».

Практическое занятие: ОРУ без предметов), ведение мяча на месте правой и левой рукой, попеременно правой и левой, с остановкой на сигнал. Игровые упражнения: « ребро, кулак, ладонь», «Лови мяч на разной высоте», «Гонка мячей». П. игры: « Подвижная цель», «Штандер». Спокойная ходьба.

Занятие № 27

Раздел: «Тактический»

Тема: «Что можно и чего нельзя в баскетболе»».

Теоретическое занятие: ОРУ(в парах), брейн – ринг: « Зимние, летние виды спорта», передача мяча в сочетании с движением, ведение мяча по прямой (5 м), змейкой между предметами. П. игры: «Четыре стихии», «Быстрый мяч». Логоритмические упражнения.

Занятие № 28

Раздел: «Тактический»

Тема: «Что можно и чего нельзя в баскетболе»».

Практическое занятие: ОРУ(в парах), передача мяча в сочетании с движениями, ведение мяча по прямой (5 м), змейкой между предметами. Игровые упражнения: «Ребро, кулак, ладонь», «Задний ход», «По кочкам». Игры – эстафеты: « Быстро возьми – быстро положи». Дыхательная гимнастика

Занятие № 29

Раздел: «Тактический»

Тема: «Соблюдает правила в игре».

Теоретическое занятие: ОРУ(в парах). Вопрос – ответ: «Что можно и чего нельзя делать в играх с мячом?», рассмотреть ситуацию: как помочь своему товарищу, если у него не получается играть? Игровые упражнения: «Задний ход», «Проведи, не урони», «Гонка мячей». Спокойная ходьба.

Занятие № 30

Раздел: «Тактический»

Тема: «Соблюдает правила в игре».

Практическое занятие: ОРУ (в парах), передача мяча в парах (от груди, из-за головы), метание в цель, даль. Игровые упражнения: «Задний ход», «Проведи, не урони», «Ребро, ладонь, кулак». Игровой стретчинг.

Занятие № 31

Раздел: «Тактический»

Тема: « Почему я люблю играть в подвижные игры?».

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), игра в баскетбол по упрощённым правилам. П. игры: «Три мяча», «Защита места». Самомассаж.

Занятие № 32

Раздел: «Тактический»

Тема: « Почему я люблю играть в подвижные игры?».

Практическое занятие: ОРУ (без предметов), броски мяча вверх и ловля его, перебрасывание мяча через верёвку, отбивание мяча об пол, ловля обеими руками одновременно, присесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги, поймать мяч. П. игра: «Мяч в воздухе». Логоритмические упражнения.

Занятие № 33

Раздел: «Тактический»

Тема: « Знакомимся с правилами игры в баскетбол».

Теоретическое занятие: деловая игра: «Мы юные спортсмены», презентация: «Изучаем правила игры в баскетбол», рассказать, что такое штрафные броски, как нужно вести себя во время игры. П. игры, эстафеты: « Штандер», «Собачка». Релаксация.

Занятие № 34

Раздел: «Тактический»

Тема: « Знакомимся с правилами игры в баскетбол».

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), подбрасывать мяч одной рукой, а ловить двумя, перебрасывание двух мячей в парах одновременно, передача мяча в парах (от груди, из-за головы, от плеча).Игры - эстафеты:«Быстрый мяч», «Мяч капитану». Релаксация.

Занятие № 35

Раздел: «Тактический»

Тема: « Штрафные броски».

Практическое занятие: ОРУ (у гимнастической стенки), перебрасывание мяча в парах, стараясь ни разу не уронить мяч, перебрасывание мяча через верёвку из-за головы, так чтобы мяч не коснулся её, на месте правой и левой руками. П. игры: «Защити мяч», «Лови – не лови». М. п. игра: «Затейники».

Занятие № 36

Раздел: «Тактический»

Тема: « Штрафные броски».

Практическое занятие: ОРУ (у гимнастической стенки), отбивание мяча толчком двух ладоней в нужном направлении, перебрасывание мяча друг другу в парах, ведение мяча на месте правой и левой рукой, попеременно правой и левой, бросок мяча в кольцо с места, после ведения по залу. П. игры; «Попади в мишень», «Проведи, не урони». Игра м. п. : «Съедобное – не съедобное»

Занятие № 37

Раздел: «Тактический»

Тема: « Штрафные броски».

Практическое занятие: ОРУ(у гимнастической стенки), подача мяча одной рукой с близкого и дальнего расстояния, ведение мяча между предметами в ходьбе, беге. П. игры: «Ловишка с мячом», «Горячая картошка». Пальчиковая гимнастика.

Занятие № 38

Раздел: «Тактический»

Тема: « Продолжаем изучать правила игры в баскетбол»

Практическое занятие: ОРУ(у гимнастической стенки), ведение мяча в сочетании с передачей от груди, от плеча в ходьбе, беге. П. игры: «Гонка мячей по шеренгам», «Меткий стрелок», «Горячая картошка». Релаксация.

Занятие № 39

Раздел: «Тактический»

Тема: « Продолжаем изучать правила игры в баскетбол»

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), ведение мяча по прямой (5 м), змейкой между предметами с последующим забрасыванием в кольцо. П. игры: «Мяч - ловцу», «Не урони мяч», «Сильный удар». М. п. игра: «Фигура».

Занятие № 40

Раздел: «Тактический»

Тема: « Продолжаем изучать правила игры в баскетбол»

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), ведение мяча по прямой (5 м), змейкой между предметами. П. игры: «Раз, два, три, лови!», «Передача мяча», «Ловкий мяч». М. п. игра: «Пройди не урони».

Занятие № 41

Раздел: Физическая подготовка

Тема: « Поле и его линии»

Теоретическое занятие: блиц игра: «Знатоки зимних, летних видов спорта», деловая игра: «Спорт и здоровье». Основная стойка баскетболиста, задания для баскетболиста, ведение мяча на месте правой и левой рукой, попеременно правой и левой. Логоритмика.

Занятие № 42

Раздел: Физическая подготовка

Тема: « Поле и его линии»

Практическое занятие: ОРУ(со средним мячом), основная стойка баскетболиста, задания для баскетболиста, ведение мяча на месте правой и левой рукой, попеременно правой и левой, с заданиями. Игры - эстафеты: «Не замочи ног», « Поймай - присядь». Игра м. п. : «Запретное движение».

Занятие № 43

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Как разыгрывается мяч?».

Теоретическое занятие: обсуждение проблемной ситуации: почему нужно соблюдать правила в спортивных играх, и что будет, если их нарушать? Деловая игра: « Если бы я был известным спортсменом то...».

П. игры: «У кого меньше мячей», «Подвижная цель». Игра м. п.: «Затейники»

Занятие № 44

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Как разыгрывается мяч?».

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), передача мяча в сочетании с движениями, ведение мяча по прямой (5 м),змейкой между предметами П. игры: « Гонка мячей», «Лови – не лови», «Кто больше забросит мячей?». Логоритмика.

Занятие № 45

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Как разыгрывается мяч?».

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), передача мяча в парах (от груди, из-за головы, от плеча), бросок мяча в кольцо с места, после ведения по залу. П. игры: «Гонка мячей по кругу», «Стой!», «Светофор». Релаксация.

Занятие № 46

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Как разыгрывается мяч?».

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), бросание и ловля мяча в парах, через верёвку, передача в парах подскоками из разных исходных положений. Игры-эстафеты: «Ловкий мяч», «Лихие наездники». Пальчиковые игры.

Занятие № 47

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Поле. Его линии».

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), расстановка и передвижение по площадке, игра в баскетбол по упрощенным правилам. П. игры: «Светофор», «Ведение мяча парами». Игровой стретчинг.

Занятие № 48

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Поле. Его линии».

Практическое занятие: ОРУ (без предметов), расстановка и передвижение по площадке, игра в баскетбол по упрощенным правилам. П.игры: «Блуждающий мяч», «Пустое место». Игровой стретчинг.

Занятие № 49

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Что такое ЗОЖ?».

Теоретическое занятие: беседа: «Мои любимые виды спорта», обсуждение проблемной ситуации: что будет, если не заботиться о себе и своём здоровье? Показ мультфильма о ЗОЖ, метание мяча вдаль не менее 6 м., забрасывание: в корзину, стоящую на полу, в баскетбольное кольцо. П. игры: «Мотоциклисты», «Обгони мяч». Игра м. п.: «Пройди тихо».

Занятие № 50

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Что такое ЗОЖ?».

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), передача мяча друг другу ногой расстояние 2-3 метра, удар по мячу на точность в цель (ворота) с расстояния 2,5-4,0м., ведение мяча на месте правой и левой рукой, попеременно правой и левой. П. игры: «Ловишка с мячом», «Ловкий стрелок», «Кого называли, тот и ловит». Упражнения на восстановление дыхания.

Занятие № 51

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Изучаем правила в баскетболе».

Практическое занятие: ОРУ (с малым мячом), передача мяча в сочетании с движением, ведение мяча по прямой (5 м), змейкой между предметами, по кругу правой и левой рукой. П. игры: «Попади мячом в цель», «Гонка мячей». Релаксация.

Занятие № 52

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Изучаем правила в баскетболе».

Практическое занятие: ОРУ (с малым мячом), передача мяча друг другу ногой, расстояние 2-3 метра, удар по мячу на точность в цель (ворота) с расстояния 2,5-4,0м., ведение мяча по прямой, змейкой между предметами, по кругу правой и левой рукой. Игры - эстафеты: «Быстрый мяч», «Поймай – передай». Релаксация.

Занятие № 53

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Изучаем правила в баскетболе».

Практическое занятие: ОРУ (со средним мячом), бросок мяча в кольцо с места, после ведения по залу прямо, змейкой между предметами, с последующим забрасыванием в кольцо. Игры - эстафеты: «Быстро возьми – быстро положи». Игровой стретчинг.

Занятие № 54

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Изучаем правила в баскетболе».

Практическое занятие: ОРУ(со средним мячом), удары по неподвижному мячу, удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с разбега, передача мяча ногой. бросок мяча в кольцо с места, после ведения по залу. П. игры: «Вышибалы», «Ловишка с мячом». Самомассаж.

Занятие № 55

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Изучаем правила в баскетболе».

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), игра в баскетбол по упрощенным правилам. П. игры: «Перестрелка», «Светофор». Ходьба и упражнения на восстановление дыхания.

Занятие № 56

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Изучаем правила в баскетболе».

Практическое занятие: ОРУ(без предметов), передача мяча через верёвку из разных исходных положений, игра в волейбол по упрощённым правилам. П. игры: «Блуждающий мяч», «Штандер». Игра м. п.: «Затейники».

Занятие № 57

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Спортивные игры»

Теоретическое занятие: беседа: «Спорт и спортсмены», показ видеофильма на заданную тематику. Деловая игра: « Дворовые игры с мячом вчера и сегодня». Рассматривание фото, иллюстраций о спортивных играх. Игры - эстафеты: «Передача мяча над головой», « Передал. - садись ». Спокойная ходьба.

Занятие № 58

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Спортивные игры»

Практическое занятие: ОРУ (без предметов), задания для баскетболиста, ведение мяча на месте правой и левой рукой, попеременно

правой и левой, передача через верёвку из разных и. п. Игры – эстафеты: : «Фигура», «Мяч в воздухе». Релаксация.

Занятие № 59

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Физическая активность и здоровье».

Теоретическое занятие: видео - презентация: « Уроки тётушки совы», беседа: « Я и моё здоровье». Вспомнить знакомые произведения о ЗОЖ, рассказать о них. Игры – эстафеты: «Брось дальше», «Передача арбуза». Дыхательная гимнастика..

Занятие № 60

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Физическая активность и здоровье».

Практическое занятие: ОРУ(с мешочками), ведение мяча вокруг конусов, остановка и отбивание мяча с помощью ног, передача мяча в парах из разных и. п. в сочетании с движением. П. игры: « Мотоциклисты», « За мячом », «Мяч – ловцу». Самомассаж.

Занятие № 61

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Мой друг - звонкий мяч»

Практическое занятие: ОРУ(с большим мячом), задания для волейболиста, передача мяча в парах (от груди, из-за головы, от плеча), бросок мяча в кольцо с места, после ведения по залу. Дыхательная гимнастика.

Занятие № 62

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Мой друг - звонкий мяч»

Практическое занятие: ОРУ(с большим мячом), задания для футболиста, один ребенок ведет мяч ногой, другой улавливает момент и вступает в борьбу за мяч, один ребенок стоит в воротах, другой с 4 - 5 м ударяет по мячу. П. игры: «Мяч - противнику», «Успей поймать мяч». Дыхательная гимнастика.

Занятие № 63

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Физическая активность и здоровье»

Практическое занятие: ОРУ (без предметов), бросание мяча о стенку и ловля после отскока, метание мяча в горизонтальную цель, игра в баскетбол по упрощенным правилам. П. игры: «Играй, мяч не теряй», «Будь внимателен». Пальчиковая гимнастика..

Занятие № 64

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Физическая активность и здоровье»

Практическое занятие: ОРУ (без предметов), бросание мяча о стенку и ловля после отскока, игра в волейбол по упрощенным правилам. П. игры: «Пушбол», «Гонка мячей по кругу». Гимнастика для глаз.

Занятие № 65

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Лучшие баскетбольные команды России».

Теоретическое занятие: рассмотреть фото, иллюстрации российских спортсменов, видео презентация: « Такие разные спортсмены», беседа: «Что можно в спортивных играх с мячом, а чего нельзя?». П. игры: «Мотоциклисты», «Борьба за мяч». Самомассаж.

Занятие № 66

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Играй, мяч не теряй!»

Практическое занятие: ОРУ (без предметов), бросок мяча в кольцо, стоя на месте, двумя руками, способом из-за головы 5 бросков, бросок мяча в корзину, поставленную на пол, способом от груди 10 бросков. Игры - эстафеты: « Передача мяча», «Лихие наездники». Релаксация.

Занятие № 67

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Играй, мяч не теряй!»

Практическое занятие: ОРУ(с обручами), ведение мяча по прямой (5 м.) правой и левой рукой, шагом, продвигаясь вперёд, передача мяча двумя руками в парах с отскоком о землю 3-4м., прыжки вверх, с броском мяча через верёвку, ведение змейкой между предметами, по кругу правой и левой рукой. Игры - эстафеты: « Передай - поймай», «Проведи – не урони». Пальчиковая гимнастика.

Занятие № 68

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Играй, мяч не теряй!»

Практическое занятие: ОРУ(с обручами), перебрасывание мяча друг другу из разных и. п., перебрасывание через верёвку правой и левой рукой, передача мяча друг другу ногой, удар по мячу на точность в цель (ворота) с расстояния 2,5-4,0м. П. игры: « Светофор», « Лови – не лови». Дыхательная гимнастика.

Занятие № 69

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Чему я научился, играя с мячом?»

Практическое занятие: диагностика физических способностей.

Занятие № 70

Раздел: Физическая подготовка

Тема: «Чему я научился, играя с мячом?»

Практическое занятие: диагностика физических способностей.

Занятие № 71

Раздел: Физкультурно – оздоровительная работа

Физкультурный досуг: «Весёлые старты с мячом»

Занятие № 72

Раздел: Физкультурно – оздоровительная работа

Практическое: физкультурное развлечение: « Раз, два, три, четыре, пять будем мы с мячом играть!»

Учебно-тематический план программы включает в себя следующие разделы:

- теоретический;
- технический;
- тактический;
- физическая подготовка.

Содержание программы включает в себя:

-теоретические занятия: знакомство детей с историей возникновения мяча, игры в баскетбол, игры в волейбол, футбол, правила командной игры;
-практические занятия: обучение детей техническим навыкам владения мячом, спортивные соревнования, развлечения.

Дети с тяжелыми нарушениями в первую очередь имеют проблемы с пониманием обращенной речи.

Для того, чтобы инструкция педагога была понятна ребенку надо использовать следующие приемы:

- инструкция, обращение, вопрос должны быть сформулированы простым доступным языком и повторяться теми же словами, которые использованы в первый раз, следует избегать образных выражений, излишней вычурности речи;
- следует задавать дополнительные наводящие и уточняющие вопросы, чтобы убедиться в правильности понятого обращения;
- использовать приемы - предписания с указанием последовательности операций, необходимых для решения той или иной задачи.

Очень важна работа над лексическим значением слов, в особенности новых терминов, названий. Новые слова следует пошагово вводить в разговорную речь ребенка, обращая внимание на семантические и смысловые связи.

Детей с ТНР отличает моторная неловкость, нарушения координации движений, поэтому важно стремиться к осмыслению обучающимися теоретической основы любого упражнения, сознательной направленности на улучшение, совершенствованию умения, строгой последовательности и постепенному повышению сложности и самостоятельности выполняемых действий.

Важно закреплять умение комментировать выполняемые действия. Планирование своей деятельности во времени способствует становлению таких положительных качеств, как организованность, собранность, целенаправленность. Любая деятельность, в которую включается ребенок с ТНР, должна быть направлена на развитие связной речи, коммуникативных навыков общения, расширение лексического запаса.

Для предупреждения быстрой утомляемости или снятия ее целесообразно переключать детей с одного вида деятельности на другой, разнообразить виды занятий. Интерес к занятиям и хороший эмоциональный настрой обучающихся поддерживают использованием красочного дидактического материала, введением в занятия игровых моментов.

Формы подведения итогов реализации программы:

- итоговые занятия;
- игры, эстафеты;
- физкультурные досуги, экскурсии.

Методические рекомендации по структуре занятий:

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

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

Заключительная часть: малоподвижная игра, ходьба, релаксация, оздоровительные гимнастики, логоритмика.

При выполнении упражнений с мячами используют следующие методы:

1. повторный метод - заключается в многократном выполнении упражнений при сохранении содержания, величины, характера нагрузки (например, выполнение бросков мяча с одного и того же места определенным способом);

2. интервальный метод - предполагает многократное повторение упражнения при строгой регламентации его продолжительности и пауз отдыха между повторениями;

3. вариативный метод - предполагает выполнение одного и того же упражнения с мячами разного веса и в разных условиях (облегченных, нормальных и усложненных);

4. метод сопряженных взаимодействий - основан на взаимосвязи развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков. Для этого используются специальные упражнения (в частности, с набивными мячами), направленные на развитие необходимых двигательных качеств при условии их динамического соответствия биомеханическим особенностям разучиваемых на занятии двигательных действий (элементов и частей техники конкретного двигательного действия);

5. игровой метод - характеризуется постоянным или внезапным изменением игровых ситуаций при наличии определенного сюжета и конечной цели. Он может использоваться для избирательного воздействия на отдельные физические способности занимающихся и комплексного совершенствования их двигательной активности;

6. соревновательный метод - это специально организованные состязания с использованием мячей (малых, больших, набивных), в которых создаются условия для индивидуальной и командной борьбы. Этот метод может применяться при воспитании физических качеств, совершенствовании

технических приемов, для стимулирования интереса и активизации занимающихся. При использовании этого метода у занимающихся происходят самые высокие сдвиги в деятельности систем и функций организма;

7. метод круговой тренировки - предусматривает выполнение серии упражнений (например, с набивными мячами) на специально подготовленных местах («станциях»). Состав упражнений подбирается с расчетом разностороннего воздействия на различные мышечные группы и физические способности занимающихся.

2.2. Календарный учебный график

№ п.п	месяц	число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сент.			теоретическое	1	«Знакомство с мячом» Вводное занятие. «Что я знаю о мяче?»	спорт. зал	предварител
2	Сент.			теоретическое	1	«Диагностика стартовых способностей»	-	предварител
3	Сент.			теоретическое	1	«Диагностика стартовых способностей»	-	предварител
4	Сент.			теоретическое	1	«Спорт и спортсмены»	-	предварител
5	Сент.			теоретическое	1	«Какие бывают мячи?»	-	предварител
6	Сент.			практическое	1	«Какие бывают мячи?»	-	текущий
7	Сент.			практическое	1	«Какие бывают мячи?»	-	текущий
8	Сент.			практическое	1	«Основная стойка баскетболиста»	-	текущий
9	Окт.			практическое	1	«Основная стойка баскетболиста»	-	текущий
10	Окт.			практическое	1	«Двигаемся по площадке»	-	текущий
11	Окт.			практическое	1	«Двигаемся по площадке»	-	текущий
12	Окт.			практическое	1	«Осваиваем ведение мяча»	-	текущий

13	Окт.			практическое	1	«Осваиваем ведение мяча»	-	текущий
14	Окт.			практическое	1	«Играй – мяч не теряй»	-	текущий
15	Окт.			практическое	1	«Играй – мяч не теряй»		текущий
16	Окт.			практическое	1	«Играй – мяч не теряй»	-	текущий
17	Нояб.			теоретическое	1	«Движение + движение = формула здоровья».	-	текущий
18	Нояб.			практическое	1	«Движение + движение = формула здоровья».	-	текущий
19	Нояб.			практическое	1	«Весёлый мяч»	-	текущий
20	Нояб.			практическое	1	«Весёлый мяч»	-	текущий
21	Нояб.			практическое	1	«Весёлый мяч»	-	текущий
22	Нояб.			практическое	1	«Весёлый мяч»	-	текущий
23	Нояб.			практическое	1	«Играем в парах»	-	текущий
24	Нояб.			практическое	1	«Играем в парах»	-	текущий
25	Дек.			теоретическое	1	«Что можно и чего нельзя в баскетболе»	-	текущий
26	Дек.			практическое	1	«Что можно и чего нельзя в баскетболе»	-	текущий
27	Дек.			теоретическое	1	«Что можно и чего нельзя в баскетболе»	-	текущий
28	Дек.			практическое	1	«Что можно и чего нельзя в баскетболе»	-	текущий
29	Дек.			теоретическое	1	«Соблюдает правила в игре»	-	текущий
30	Дек.			практическое	1	«Соблюдает правила в игре»	-	текущий
31	Дек.			практическое	1	«Зачем нужны подвижные игры и упражнения?»	-	текущий
32	Дек.			практическое	1	«Зачем нужны подвижные игры и упражнения?»	-	текущий
33	Янв.			теоретическое	1	«Знакомимся с правилами игры в баскетбол»	-	текущий
34	Янв.			практическое	1	«Знакомимся с правилами игры в баскетбол»	-	текущий
35	Янв.			практическое	1	«Штрафные броски»	-	текущий

35	Янв.			практическое	1	«Штрафные броски»	-	текущий
36	Янв.			практическое	1	«Штрафные броски»	-	текущий
37	Янв.			практическое	1	«Штрафные броски»	-	текущий
38	Янв.			практическое	1	«Продолжаем изучать правила игры в баскетбол»	-	текущий
39	Янв.			практическое	1	«Продолжаем изучать правила игры в баскетбол»	-	текущий
40	Янв.			практическое	1	«Продолжаем изучать правила игры в баскетбол»	-	текущий
41	Февр.			теоретическое	1	«Поле и его линии»	-	текущий
42	Февр.			практическое	1	«Поле и его линии»	-	текущий
43	Февр.			теоретическое	1	«Как разыгрывается мяч?»	-	текущий
44	Февр.			практическое	1	«Как разыгрывается мяч?»	-	текущий
45	Февр.			практическое	1	«Как разыгрывается мяч?»	-	текущий
46	Февр.			практическое	1	«Как разыгрывается мяч?»	-	текущий
47	Февр.			практическое	1	«Поле. Его линии»	-	текущий
48	Февр.			практическое	1	«Поле. Его линии»	-	текущий
49	Март			теоретическое	1	«Что такое ЗОЖ?»	-	текущий
50	Март			практическое	1	«Что такое ЗОЖ?»	-	текущий
51	Март			практическое	1	«Изучаем правила в баскетболе»	-	текущий
52	Март			практическое	1	«Изучаем правила в баскетболе»	-	текущий
53	Март			практическое	1	«Изучаем правила в баскетболе»	-	текущий
54	Март			практическое	1	«Изучаем правила в баскетболе»	-	текущий
55	Март			практическое	1	«Изучаем правила в баскетболе»	-	текущий
56	Март			практическое	1	«Изучаем правила в баскетболе»	-	текущий
57	Апр.			теоретическое	1	«Спортивные игры»	-	текущий
58	Апр.			практическое	1	«Спортивные игры»	-	текущий
59	Апр.			теоретическое	1	«Физическая активность и здоровье»	-	текущий
60	Апр.			практическое	1	«Физическая активность и здоровье»	-	текущий
61	Апр.			практическое	1	«Мой друг - звонкий	-	текущий

						мяч»		
62	Апр.			практическое	1	«Мой друг - звонкий мяч»	-	текущий
63	Апр.			практическое	1	«Физическая активность и здоровье»	-	текущий
64	Апр.			практическое	1	«Физическая активность и здоровье»	-	текущий
65	Май			теоретическое	1	«Лучшие баскетбольные команды России»	-	текущий
66	Май			практическое	1	«Играй, мяч не теряй!»	-	текущий
67	Май			практическое	1	«Играй, мяч не теряй!»	-	текущий
68	Май			практическое	1	«Играй, мяч не теряй!»	-	текущий
69	Май			практическое	1	«Чему я научился, играя с мячом?»	-	итоговый
70	Май			практическое	1	«Чему я научился, играя с мячом?»	-	итоговый
71	Май			практическое	1	Физкультурный досуг: «Весёлые старты с мячом» »	-	итоговый
72	Май			практическое	1	Физкультурный досуг: «Раз, два, три, четыре, пять будем мы с мячом играть!»	-	итоговый

III. Условия реализации Программы

3.1 Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий и физкультурных мероприятий в МАДОУ имеется спортивный зал, который имеет хорошее освещение: на окнах - сетки, лампы освещения защищены. Есть специальные шкафы, для хранения спортивного оборудования и инвентаря, необходимого для занятий, спортивных досугов.

Имеются мячи: резиновые (малые, средние, большие), малые пластмассовые, массажные резиновые, баскетбольные, волейбольные, футбольные, фитболы, цветные клубки, мелкие предметы для развития кисти руки, мячики для пинг-понга, пластмассовые массажные мячики, баскетбольные корзины, напольные корзины, шнур для натягивания, волейбольная сетка, футбольные ворота, обручи, кубики, кегли, гимнастические скамейки, мишени, коврики, свисток. Количество и качество спортивного инвентаря и оборудования помогает обеспечивать высокую моторную плотность занятий.

3.2 Информационное обеспечение

При реализации Программы применяются следующие технические средства обучения: магнитофон - CD-диски (музыка для ходьбы, бега, прыжков, подвижных игр, игр – эстафет, релаксации), флеш-карта (презентации, видеоролики, мультфильмы), мультимедийная техника.

3.3 Методическое обеспечение

При реализации Программы используются современные педагогические технологии.

Здоровьесберегающие технологии делятся на:

- технологии сохранения и стимулирования здоровья;
- технологии обучения здоровому образу жизни (ЗОЖ);
- корригирующие технологии.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Ритмопластика введена в физкультурные занятия с детьми в цикл занятий «Гимнастика и спортивные игры». Во время занятий у детей развивается музыкальный слух, чувство ритма, гибкость и пластичность, формируется правильная осанка.

Динамические паузы проводятся во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их использования включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

Подвижные игры проводятся на каждом занятии и подбираются в соответствии с программными задачами, возрастом, интересами ребёнка.

Спортивные игры с элементами спорта помогают лучше научить детей владеть мячом, на достаточно высоком уровне, при их организации и проведении укрепляется мышечно-связочный аппарат, формируется интерес к игровым видам спорта.

Пальчиковая гимнастика проводится индивидуально, либо с подгруппой детей. Она тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение,

быстроту реакции. Она полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

Гимнастика для глаз организуется в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, улучшению кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.

Дыхательная гимнастика проводится в различных формах физкультурно - оздоровительной работы.

Артикуляционная гимнастика - упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения, помогают быстрее «поставить» правильное звукопроизношение, преодолеть уже сложившиеся нарушения звукопроизношения.

Оздоровительный бег осуществляется с детьми в теплый период, на прогулке.

Активный отдых (физкультурный досуг, развлечение, «День здоровья»). При проведении досугов, все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом они ведут себя более непосредственно, чем на физкультурном занятии.

Наиболее эффективным средством поддержания интереса детей к физкультурно - оздоровительной деятельности являются игровые технологии, которые:

- поддерживают интерес к физической культуре и спорту, давая специальные знания, умения и навыки;
- создают игровую мотивацию, стимулируя детей к деятельности;
- вовлекают в процесс игры всю личность ребёнка: эмоции, волю, чувства, потребности, интересы;
- способствуют лучшему усваиванию и запоминанию материала занятия;
- доставляют детям удовольствие и вызывают желание повторить игру в самостоятельной деятельности;
- повышают уровень развития познавательной активности и творческих способностей.

Обучение в форме игры может и должно быть интересным, занимательным, но не развлекательным. Для реализации такого подхода необходимо, чтобы образовательные технологии, разрабатываемые для обучения дошкольников, содержали четко обозначенную и пошагово описанную систему игровых заданий и различных игр с тем чтобы, используя эту систему, педагог мог быть уверенным в том, что в результате он получит гарантированный уровень усвоения ребенком того или иного предметного содержания.

3.4 Кадровое обеспечение

В реализации программы принимают участие: инструктор по Ф. К., педагоги, работающие с детьми старшего дошкольного возраста (старших и подготовительных с ТНР групп) хорошо знающие индивидуальные, физические возможности дошкольников, владеющие теорией и методикой физического воспитания.

Для реализации данной программы педагоги должны иметь базовое профессиональное образование и необходимую квалификацию, быть способны к инновационной профессиональной деятельности, эффективно использовать здоровьесберегающие технологии, обладать необходимым уровнем методологической культуры и сформированной готовностью к непрерывному образованию в течение всей жизни.

IV. Оценка качества освоения Программы

Формы контроля

1.Предварительный контроль.

Ознакомление с индивидуальными возрастными особенностями, физическими возможностями и имеющимися двигательными навыками детей. Проведение первоначального мониторинга упражнений с мячом.

2.Текущий контроль. Отслеживание степени усвоения главных элементов двигательных действий, при ловле мяча - овладение положением кистей рук, пальцев в момент соприкосновения с мячом, при передаче и бросках мяча - овладение движением рук, при ведении мяча - овладение положением кистей рук и пальцев в момент соприкосновения с мячом. Диагностика степени усвоения главных элементов с мячом.

3.Итоговый контроль. Проведение соревнований, спортивного досуга, где будут демонстрироваться навыки и умения детей.

Чтобы отследить эффективность данной программы, необходимо проведение мониторинга физической подготовленности детей. Для определения эффективности физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

Методы и средства контроля в теории и практике физического воспитания дошкольников должны отвечать следующим требованиям:

- соответствовать критериям стандартизации (надёжность, информативность, наличие систем оценки, стандартность условий проведения);
- быть простыми и доступными возможностям детей;
- по возможности исключать влияние предыдущего двигательного опыта и морфофункциональных особенностей развития;
- быть применимыми в любых условиях внешней среды и не требовать дорогостоящего оборудования и инвентаря;
- позволять количественно оценить результат.

Проводить диагностику физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста с ТНР по двум блокам показателей:

- уровень развития физических качеств и двигательных способностей,
- степень сформированности основных (по программе физического воспитания в ДООУ) и специальных двигательных умений и навыков.

Тест.

Каждый тест оценивается в баллах.

3 балла – правильное выполнение движений, навык сформирован и автоматизирован;

2 балла – неправильное выполнение после третьего движения, есть отдельные изолированные движения, но навык не автоматизирован;

1 балл – ребёнок не может выполнить задание уже на втором движении;

Планируемые результаты освоения детьми программы

В результате дети:

- научатся двигаться быстро, уверенно, энергично;
- усвоят навыки движений, овладеют правильными способами их выполнения;
- научатся самостоятельно действовать с мячом, обогатится двигательный опыт;
- появится творческая инициатива, умение придумывать новые игры и упражнения;
- улучшатся коммуникативные способности в коллективной деятельности.

Список используемой литературы:

1. «Играйте на здоровье!» Л.Н.Волошиной М.: Москва «Аркти»
2. «Школа мяча» Николаева Н.И. СПб. «Детство- Пресс» 2008 г.
3. Сборник игр к «Программе воспитания в детском саду» составитель Батурина.
4. «Методика обучения и овладения элементами игры в футбол с детьми дошкольного возраста» И.А. Аксенова
5. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. – М.: Физкультура и спорт, 2002.
6. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. – М.: Физкультура и спорт, 2002.
7. Громова О.Е. Спортивные игры в детском саду – М.: Творческий центр, 2002.
8. Железняк Н.Ч. Занятия на тренажерах в детском саду. – М., 2009.
9. Желобкович Е.Ф. Футбол в детском саду. – М., 2009.

10. Матвеев Е.М. Волейбол. Школа движений // Физическая культура в школе. – 2001. – № 4. – С.33.
11. Овчинникова Т.С., Черная О.В., Баряева Л.Б. Занятия, упражнения и игры с мячами, на мячах, в мячах. – СПб.: КАРО, 2010.
12. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5–7 лет. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 112 с.
13. Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей/ М.А. Рунова. – М.: Мозаика – Синтез, 2000.
14. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2006. – 176 с.
15. Утробина К.К. Занимательная физкультура для дошкольников. – М.: ГНОМид, 2004.
16. Журнал Инструктор по физкультуре №3 /2013 – «Школа мяча» Москва ТЦ «Сфера» 2013г.
17. Журнал Инструктор по физкультуре №4/ 2013 - Москва ТЦ «Сфера» 2013г.