


ПРИНЯТО:
педагогическим советом
№1 от 29.08.2023г

УТВЕРЖДЕНО:
заведующим МАДОУ № 52
С.В. Слесаренко
приказ № 83 - од от 30.08.2023г.



Слесаренко С. В.

Подписан: Слесаренко С. В.
DN: C=RU, OU=Заведующий,
O=МАДОУ №52, CN=Слесаренко С.
В., E=det.sad.52@mail.ru
Основание: Я являюсь автором
этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2023.09.05 15:30:04+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.3

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПЛАТНЫХ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ УСЛУГ
«ШКОЛА ВОЛЕЙБОЛА»
(физическое развитие)**

г. Армавир, 2023г

СОДЕРЖАНИЕ

I.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	2
1.1	Пояснительная записка	2
1.2	Этапы реализации программы	6
1.3	Предполагаемые результаты	10
1.4	Принципы игры в мини - волейбол	10
II	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	7
2.1	Перспективно – календарное планирование	12
III	Литература	23
	Приложение	24

І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа физкультурно - спортивной направленности «Школа волейбола» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Конституция РФ;
- Конвенция ООН «О правах ребенка»;
- Федеральный закон от 29.12.12 г. № 273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», гл. 1 ст. 2 п. 9, гл.2 ст. 12 п. 4,5,6;
- Письмо Министерства образования РФ от 18.06.03 г. № 28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций. СанПиН 1.2.3685-21 (Зарегистрировано в Минюсте России 29.01. 2021г. №6296);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008)
- Программа разработана в соответствии с требованиями к программам дополнительного образования детей.

Цель программы:

- Обучение детей основным приёмам техники волейбола, владения мячом в игровых условиях;
- Освоение спортивной игры Мини-волейбол в доступной форме;

Задачи программы:

- Научить детей играть в волейбол.
- Способствовать воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, выносливости.
- Формировать простейшие технико- тактические действия с мячом: перемещение по площадке, передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование.
- Содействовать развитию потребности в систематических занятиях волейболом.
- Вырабатывать такие морально-волевые качества как выдержка, самостоятельность, уверенность, дисциплина, умение анализировать ситуацию.
- Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

Освоение основных движений:

1. Прыжки вверх с места.
2. Подпрыгивание вверх до предмета, подвешенного на высоте 15-20см. выше поднятой руки ребёнка.
3. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 10 раз подряд.
4. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной рукой 4-6 раз подряд
5. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя разными способами. (Снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю).
6. Метание мяча в вертикальную, горизонтальную цель с расстояния 4-5м.
7. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении.
8. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами.
9. Метание вдаль на расстояние 5-9 метров.

Разучивание с детьми характерных для данного вида спорта движений.

- 1.Бросание мяча в разных направлениях.
- 2.Бросок мяча вверх и ловля его двумя руками.
- 3.Бросок мяча вверх вперёд через сетку
- 4.Ловля мяча на лету.
- 5.Перебрасывание мяча партнёру удобным способом.
- 6.Перебрасывание мяча через сетку друг другу.
- 7.Передача мяча двумя руками от груди и ловля его двумя руками.
- 8.Перебрасывание мяча через сетку правой и левой рукой.
- 9.Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.
- 10.Прыжки вверх, с броском мяча через сетку.

Развитие физических качеств:

- ✓ Ловкость.
- ✓ Быстрота.
- ✓ Меткость.
- ✓ Сила.
- ✓ Координация движений.
- ✓ Выдержка.
- ✓ Выносливость.
- ✓ Воспитание устойчивого интереса к спорту.
- ✓ Формирование навыков здорового образа жизни.
- ✓ Формирование навыков коммуникативного поведения, умение играть в команде.
- ✓ Закрепление понятий формы, величины, цвета (упражнения со спортивным оборудованием мячом разного диаметра).
- ✓ Формирование умения ориентироваться во времени, в пространстве (вверх-вниз, направо - налево, вперёд-назад, перестроения). Закрепление порядкового счета (использование считалок, игр со словом схем, расчет на первый - второй, ведение счёта в спортивной игре).

Обоснование выбора программы:

Наши дети живут в условиях постоянно меняющейся действительности. На смену увлекательным спортивным играм пришли не менее увлекательные – компьютерные. Дети перестали выходить на улицу во двор, отдавая предпочтение малоподвижным видам деятельности: компьютерные игры, просмотр мультфильмов. Это вызывает озабоченность врачей и педагогов «очень мало двигаются дети»! А для ребёнка малоподвижный образ жизни – это потеря здоровья, нарушение физического интеллектуального развития. Именно в подвижных играх ребёнок ликвидирует дефицит движений, получает радостные эмоции и переживания.

Программа «Школа волейбола» направлена на расширение диапазона двигательных возможностей детей, на работу по развитию двигательных качеств, формированию правильных элементов бега, прыжков, подаче мяча, его ловле и т.д., а также на развитие морально-волевых состояний. Формирование правильной осанки, профилактике плоскостопия, укрепление систем оздоровительной направленности ДОП. Это подвижные игры, упражнения с мячом, в ходе которых дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, перебрасывая его через сетку, метании на дальность и в цель, но так же в ходьбе, беге, прыжках. У детей старшего дошкольного возраста при систематическом обучении значительно улучшаются навыки владения мячом. Они свободно его держат, передают, бросают, умеют следить за полётом мяча и устремляются в сторону летящего мяча, стараясь поймать его. Дети старшего дошкольного возраста в состоянии понять сущность коллективной игры с мячом, цель и её правила.

Обучение спортивной игре волейбол обеспечивает детям право выбора, предоставляет возможности для проявления личных интересов и способностей, а так же формирует привычку к здоровому образу жизни.

В 5-6 лет дети уже могут усвоить определённую последовательность изменения ситуаций, их взаимосвязь и могут подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.

Наблюдая за ребятами, беседуя с ними, при просмотрах видеофильмов спортивной тематики было видно, что детей привлекает спортивная игра волейбол. Волейбол - один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших народное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание, он доступен детям, в него можно играть как в спортивном зале, так и на открытой площадке. Игра в волейбол не только укрепляет здоровье, но и воспитывает такие чувства как смелость, настойчивость, целеустремлённость, коллективизм, взаимопомощь, чувство дружбы. Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности координации движений и ориентировке в пространстве.

Игры с мячом оказывают разностороннее воздействие на психофизическое развитие ребёнка.

1. Наглядные методы и приёмы обеспечивают яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений, необходимых для возникновения у ребёнка наиболее

полного и конкретного представления о движении, активизирующие развитие его сенсорных способностей;

2. Словесные методы и приёмы обращены к сознанию детей, помогают осмыслить поставленную перед ними задачу и сознательно выполнять двигательные упражнения. Словесные методы играют большую роль в усвоении содержания и структуры упражнений, самостоятельном их применении в различных ситуациях;

3. Практические методы и приёмы связаны с практической двигательной деятельностью детей, обеспечивают действенную проверку правильности восприятия движений, на собственных мышечно-моторных ощущениях. Практические методы характеризуются полной или частичной регламентацией, проведением упражнений в игровой форме, использование элементов соревнования, это содействует лучшему освоению двигательных умений и навыков, сохранению оптимального функционального состояния организма и психики ребёнка;

4. Соревновательные методы и приёмы используется в целях совершенствования уже приобретённых двигательных навыков. Обязательное условие соревнования – соответствие его физическим силам детей, воспитание морально-волевых качеств, а так же правильная оценка своих достижений и других детей на основе сознательного отношения к требованиям.

Учитывая содержание упражнений, возрастные возможности и индивидуальные особенности детей, воспитатель в начале обучения использует наглядность – восприятие ребёнком образца движения в сочетании с пояснениями, потом педагог опирается на уже имеющиеся у детей жизненный опыт и конкретные представления о движениях.

Вслед за наглядными или словесными методами непременно должны следовать практические действия детей – самостоятельное выполнение движений под руководством воспитателя.

В дошкольном возрасте происходят значительные преобразования деятельности всех физиологических систем детского организма. Каждому возрастному периоду жизни ребёнка присущи свои особенности, которые необходимо учитывать при физическом воспитании дошкольников. Зная их, можно рационально и оптимально строить процесс обучения и воспитания.

Отличительные особенности программы:

Принцип построения: занятие по волейболу состоит из трех частей. В вводную часть (5-8 мин) входят мероприятия по организации группы и упражнения, способствующие выполнению основных задач. Это различные виды ходьбы, бега и прыжков, строевые и порядковые упражнения, упражнения на внимание, различные общеразвивающие и специальные упражнения для пальцев и кистей рук, плечевых, голеностопных и коленных суставов, имитационные упражнения отдельных приемов игры, подвижные игры, эстафеты. В основной части занятия (18-20 мин) решаются его главные задачи. Выполняемая работа может быть направлена на повышение уровня физических качеств, изучение и совершенствование приемов

игры в пионербол с включением упражнений для обучения технике и тактике игры. Подбор упражнений и их количество определяет ту или иную направленность занятия. В заключительной части занятия (2-3 мин) проводятся упражнения для глаз, дыхательные и релаксационные упражнения, восстановить силы организма.

1.2 Этапы реализации программы:

Направления работы	Планируемые мероприятия	Сроки проведения	Ответственный
<u>1 этап диагностический</u>			
Организация работы с педагогическим коллективом	Составление плана работы по реализации программы «Школа волейбола»	сентябрь 2023	Старший воспитатель Инструктор по физической культуре
	Составление перспективного планирования	сентябрь - октябрь	Инструктор по физической культуре
	Составление календарного планирования	сентябрь - октябрь	Инструктор по физической культуре
	Диагностики детей по умению владеть мячом (М.А.Рунова)	сентябрь	Инструктор по физической культуре
	Создание картотек Игры и упражнения с мячом Комплексы ОРУ с мячом	В течение года	Инструктор по физической культуре
	Приобретение спортивного инвентаря, дидактического материала	В течение года	Инструктор по физической культуре
	Подбор методической литературы для	В течение года	Инструктор по

	реализации данной программы.		физической культуре
Организация работы с родителями	<p>Анкетирование родителей в целях выявления спортивных предпочтений в семье</p> <p>Проведение консультаций</p> <p>Привлечение родителей к совместным досугам</p> <p>Фотовыставки</p> <p>Приобретение плакатов, художественной литературы</p>	В течение года	Инструктор по физической культуре
<u>2 этап</u>			
Организация работы с педагогами	Составление плана работы и разработка конспектов для образовательной деятельности с детьми на физкультурных занятиях	<p>Октябрь</p> <p>Приложение № 1</p> <p>Приложение № 2</p> <p>Приложение № 3</p> <p>Приложение № 4</p>	<p>Старший воспитатель</p> <p>Инструктор по физической культуре</p> <p>Воспитатели групп</p>
	Диагностика	Сентябрь– май	Инструктор по физической культуре
	Беседы с детьми и воспитателями «Правила техники безопасности»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
	Изучаем правила: игры в волейбол (просмотр аудиозаписи элементов игры в волейбол для дошкольников)	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
	Подготовка к проведению «Недели здоровья»	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
	Папка раскладушка «Всё о мячах », «Играем в волейбол»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
	Составление картотек. «Игры и упражнения с мячом»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
	«Комплексы ОРУ с мячом»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре

	Консультации «Пребывание детей на свежем воздухе»	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	«Игра как средство формирования способности к доброжелательному общению»	Март	Инструктор по физической культуре
Организация работы с родителями	Развлечение «Мяч через сетку» (старшие группы)	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
	«Королевство волшебных мячей»»	Январь	Инструктор по физической культуре
	«спортивные состязания» (подготовительные группы)	Январь	Инструктор по физической культуре
	«Смешарики - волейбол»	Апрель	Инструктор по физической культуре
	«О спорт – ты мир» на улице старшие группы	Апрель	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
	«Игры на улице »	Октябрь	Инструктор по физической культуре
	«Весёлые подвижные игры с мячом»	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
	«Нравственное воспитание дошкольника в семье и детском саду»	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Проведение конкурса и оформление выставки работ «Зимние виды спорта»	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
	Анкетирование родителей «Любимые подвижные игры»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре

			Воспитатели групп
	Приобретение спортивного инвентаря (волейбольная сетка, мячи, разметка площадки, схемы, иллюстрации).	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
	Фото - выставка «Спорт и я - друзья!»	Май	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
<u>3 этап</u>			
	Диагностика программной деятельности: - анализ работы о проделанной работе за учебный год	Май 2024	Инструктор по физической культуре
	Создание презентации «Детский сад и спорт»	Май 2024	
	Соревнование «Пионер-болл» (старшие группы) на улице	Май	Инструктор по физической культуре
	Игра «Пионерболл» старшие группы на улице	Май	Инструктор по физической культуре

1. 3. Планируемые результаты

Реализация программы предусматривает проведение мероприятий в трех направлениях:

1. Совместная деятельность с детьми.
2. Взаимодействие с семьями воспитанников.
3. Самостоятельная деятельность детей

1.4. Принципы по обучению детей Школа волейбола

1. Систематичность.
2. Последовательность.
3. Доступность.

4. Соответствие возрастным особенностям.
5. Взаимосвязь физических навыков с практической деятельностью.
6. Усложнение от простого - к сложному.

Методические рекомендации.

С детьми дошкольного возраста следует начинать разучивать элементы волейбола в старшей группе в специально созданных условиях, но можно привлекать и среднюю группу. Для этого подбираются лёгкие упражнения характерные для данного вида спорта, но являются более простыми и лёгкими. На начальном этапе необходимо больше внимания уделять разнообразию упражнений. Только после того как дети научатся свободно действовать с мячом, целесообразно проводить подготовительные упражнения и игры по обучению ловле, перебрасыванию мяча через сетку, передаче. В начале обучения элементам спортивной игры внимание ребёнка педагог направляет на качество выполнения каждого движения. В дальнейшем можно применять упражнения с элементами соревнования. Их надо проводить с целью закрепления ранее изученного упражнения.

Закрепление и совершенствование действий с мячом осуществляется в основном в подвижных играх и игровых упражнениях включающих эти действия.

При обучении ловли мяча надо обращать внимание на положение пальцев рук. Обучая детей выполнять подачи, пасы, перебрасывания через сетку необходимо развивать и совершенствовать умение делать это разными способами.

Разучивая правила игры целесообразно использовать схемы, иллюстрации, игровые упражнения.

Правила игры.

С детьми дошкольного возраста проводится упрощённый вариант спортивной игры. Правила игры имеют некоторые особенности. Здесь не применяются трудные и недоступные детям требования. Воспитатель может сам оговорить некоторые правила. Основное отличие от классического волейбола заключается в том, что мяч в процессе игры берётся в руки, соответственно подача и пас партнёру, перевод мяча соперникам осуществляется не ударом, а броском.

В Мини-волейбол играют на прямоугольной площадке, разделённой пополам сеткой Ш. - 1метр, высота 15см выше поднятой руки ребёнка, резиновым мячом.

Каждая команда состоит из 6 игроков. 3 игрока располагаются под сеткой (передняя линия), и 3 сзади (задняя линия). Матч состоит из 3 партий до 10 очков.

Если мяч задел сетку, потолок, стену, упал за линию поля, как при подаче, так и при переводе мяча соперникам – считается потеря подачи, и мяч отдаётся другой команде.

Игра начинается с подачи мяча через сетку. Мяч получает ребенок, стоящий во втором ряду справа. Тот, кто принял мяч, перебрасывает его товарищу по команде, тот другому, а третий перебрасывает через сетку. (Выполнение паса).

Можно выполнять три шага к сетке и бросать мяч на сторону соперника. Команде, не удержавшей мяч, засчитывается гол. Мяч передается другой команде, при этом её игроки выполняют переход хода по часовой стрелке. После окончания партии, команды меняются полями.

Правила техники безопасности:

1. В начале занятия следует сделать разминку, хорошо разогреть мышцы, связки;
2. Осмотреть игровую площадку, чтобы на ней не было опасных предметов;
3. Внимательно следить за тем, чтобы мяч не попал под ноги;
4. После прыжков приземляться на согнутые ноги на носки с перекатом на всю стопу;
5. Быть внимательными к товарищам по команде

Перспективно – календарное планирование сентябрь – май	
СЕНТЯБРЬ	
<p>1-2 занятие Тема: «Что такое волейбол».</p> <p>Презентация «Что такое волейбол? »</p>	<p>3-4 занятие Тема: «О волейболе».</p> <p><i>Программные задачи:</i> Подготовить детей к обучающему процессу Дать первоначальное представление об игре «Волейбол» Познакомить с волейбольными мячами Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>Знакомство с мячом;</i> Игра: «Подвижная цель»</p>
<p>5-6 занятие</p> <p>Тема: «О волейболе»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей технике безопасности поведения в спортивном зале; • Повторить полученные знания о волейбольных мячах; • Повторить полученные знания об игре волейбол. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Знакомство с мячом»; п.и. «Перебрось мяч по кругу».</i></p>	<p>7-8 занятие</p> <p>Тема: «Закрепление»</p> <p><i>Программные задачи:</i> Закрепить полученные знания о технике безопасности поведения в спортивном зале; Закрепить полученные знания о волейбольных мячах; Закрепить полученные знания об игре волейбол.</p> <p>Игра: «Подвижная цель»</p>

	<p style="text-align: center;">9 занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Прокати мяч».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Закрепить с детьми правила игры волейбола • Учить детей прокатывать в мяч в прямом направлении двумя руками; • Учить детей прокатывать мяч точно в руки товарищу двумя руками; <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p><i>«Прокати прямо по дорожке»;</i> <i>«Прокати точно в руки»;</i> <i>«Прямо по дорожке».</i></p>	
ОКТАБРЬ		
	<p style="text-align: center;">10 -11 занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Игры с элементами волейбола» .</p> <p>Игра:</p> <p><i>«Охотники и утки»;</i> <i>«Подвижная цель»;</i> <i>«Выбивной»</i></p>	<p style="text-align: center;">12 -13 занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Подбрось вверх и поймай двумя руками».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Научить управлять мячом, чувствовать его. • Учить детей броскам мяча вверх и ловля его двумя руками на месте; • Учить детей броскам мяча вверх с хлопком в ладоши и ловля его двумя руками на месте. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p><i>«Помай двумя руками на месте»;</i> <i>«Не забудь хлопнуть в ладоши»;</i> <i>«Подбрось и поймай</i></p>

<p style="text-align: center;">14 - 15 занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Прокати одной рукой».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений; • Прокатывание мяча одной рукой прямо; • Прокатывание мяча одной рукой товарищу. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Одно рукой прямо»; «Одной рукой товарищу»; «Из разных положений одной рукой»</p>	<p style="text-align: center;">16 - 17 занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Отбей»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей отбивать мяч об пол двумя руками. • Учить детей отбивать мяч об пол правой и левой рукой. • Учить детей отбивать мяч от пола ребром ладони и кулаком. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Об пол двумя руками». «Об пол одной рукой поочередно» «Об пол кулаком» (для детей 5-7 лет). «Об пол ребром ладони» (для детей 5-7 лет).</p>
НОЯБРЬ	
<p style="text-align: center;">18 – 19 занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Покатили - прокатили».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Закрепить умение детей прокатывать мяч в прямом направлении двумя руками; • Закрепить умение детей прокатывать мяч точно в руки товарищу; • Учить детей прокатывать мяч двумя руками между предметами. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Покатили»; «Прокати в руки»; «Между предметами».</p>	<p style="text-align: center;">20-21 занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Перебрось в движении».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей перебрасывать мячи ловить его в ходьбе по кругу; • Учить детей передавать мяч двумя руками от груди при движении парами; • Учить детей внимаю и ориентировке в пространстве. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Лови в движении» «Перебрось товарищу в движении»; Игра «Подвижная цель»</p>

<p style="text-align: center;">22-23 занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «В парах»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей перебрасывать мяч товарищу двумя руками снизу; • Учить детей перебрасывать мяч товарищу двумя руками из – за головы; • Учить детей перебрасывать мяч товарищу с отскоком об пол. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Двумя руками снизу»;</i> <i>«Точно в руки»;</i> <i>«Отскочи от пола».</i></p>	<p style="text-align: center;">24 - 25 занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «О стенку»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей передаче мяча двумя руками от груди в стенку и ловле его; • Учить детей метать мяч в стенку правой и левой рукой; • Учить детей увертываться от мяча. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Двумя руками в стенку»</i> <i>«Попади в стенку правой и левой рукой»;</i> <i>Игра «Увернись от мяча»</i></p>
ДЕКАБРЬ	
<p style="text-align: center;">26-27 занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Подбрось, поймай мяч» (элементы волейбола).</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками. • Учить детей перебрасывать мяч через сетку двумя руками от груди. • Следить, чтобы дети не заступали за среднюю линию под сеткой, не выхватывали мяч друг у друга. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Подбрось, поймай мяч».</i> <i>«Перебрось мяч товарищу».</i> <i>«Перебрось мяч точно в руки».</i></p>	<p style="text-align: center;">28 - 29 занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Подбрось одной, поймай двумя руками».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей подбрасывать мяч вверх одной рукой и ловить его двумя руками. • Учить детей перебрасывать мяч через сетку одной рукой. • Развивать внимательность детей, умение ориентироваться в пространстве. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Подбрось мяч одной и поймай его двумя руками».</i> <i>«Перебрось мяч через сетку одной рукой»</i> Игра «Не урони мяч»</p>

<p style="text-align: center;">30 - 31 занятие</p> <p>Тема: «Упражнения с мячом». <i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей передавать мяч назад руками и не ронять его; • Учить детей прокатывать мяч между ног двумя руками; • Учить детей перебрасывать мяч точно в руки. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Передай назад»; «Прокати под ногами»; «Передал – садись»</p>	<p style="text-align: center;">31 - 32 занятие</p> <p>Тема: «Отбей». <i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей отбиванию мяча об пол одной рукой на месте; • Учить детей отбивать мяч об пол и ловить его после хлопка» • Учить детей отбивать мяч двумя руками об пол. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Отбей одной рукой»; «Отбей двумя руками»; «Лови после хлопка».</p>
<p style="text-align: center;">33 занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Игры с элементами волейбола» .</p> <p>Игра: «Охотники и утки»; «Не урони внимательно смотри»; «Выбивной»</p>	
<p style="text-align: center;">ЯНВАРЬ</p>	
<p style="text-align: center;">34-35 занятие</p> <p>Тема: «Перебрось в движении». <i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей перебрасывать мячи ловить его в ходьбе по кругу; • Учить детей передавать мяч двумя руками от груди при движении парами; • Учить детей внимаю и ориентировке в пространстве. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Лови в движении» «Перебрось товарищу в движении»; Игра «Подвижная цель»</p>	<p style="text-align: center;">36 - 37 занятие</p> <p>Тема: «В парах» <i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей перебрасывать мяч товарищу двумя руками снизу; • Учить детей перебрасывать мяч товарищу двумя руками из – за головы; • Учить детей перебрасывать мяч товарищу с отскоком об пол. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Двумя руками снизу»; «Точно в руки»; «Отскочи от пола».</p>
<p style="text-align: center;">38 - 39 занятие</p>	

Тема: «О стенку»	
<p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей передаче мяча двумя руками от груди в стенку и ловле его; • Учить детей метать мяч в стенку правой и левой рукой; • Учить детей увертываться от мяча. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Двумя руками в стенку» «Попади в стенку правой и левой рукой»;</p> <p style="text-align: center;">Игра «Увернись от мяча»</p>	
ФЕВРАЛЬ	
40-41 занятие	42-43 занятие
<p style="text-align: center;">Тема: «Подбрось мяч»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Упражнять детей в умении подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками. • Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его после хлопка в ладони. • Развивать внимательность детей, умение ориентироваться в пространстве. • Учить детей бросать мяч вверх и ловить его одной рукой. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Подбрось, поймай мяч после хлопка».</p> <p>«Подбрось одной рукой». «Подбрось мяч»</p> <p>Игра: «Не урони внимательно смотри».</p>	<p style="text-align: center;">Тема: «Бросание мяча вдаль»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей метать мяч в вертикальную, горизонтальную цель с расстояния 4-5м. • Учить детей бросать мяч точно в обруч. • Учить детей бросать мяч вдаль на расстояние 5-9 метров. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Попади мячом в обруч». «Попади в цель». «Чей мяч дальше»</p> <p>Игра: «Кого назвали, тот ловит мяч»</p>
44 -45 занятие	46 - 47 занятие
<p style="text-align: center;">Тема: «Мини – волейбол без сетки»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей в перебрасывании мяча товарищу двумя руками. • Учить детей ориентироваться на игровой площадке; • Следить, чтобы дети не выхватывали мяч друг у друга. <p>Игра: «Мини – волейбол».</p>	<p style="text-align: center;">Тема: «Подвижные игры с элементами волейбола» .</p> <p><i>Игра:</i> «У кого меньше мячей»; «Мяч водящему»; «Охотники и утки»</p>

МАРТ

<p align="center">48-49 занятие</p> <p align="center">Тема: «Подбрось, поймай мяч» (элементы волейбола).</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками. • Учить детей перебрасывать мяч через сетку двумя руками от груди. • Следить, чтобы дети не заступали за среднюю линию под сеткой, не выхватывали мяч друг у друга. <p><i>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</i> «Подбрось, поймай мяч». «Перебрось мяч товарищу». «Перебрось мяч точно в руки».</p>	<p align="center">50 - 51 занятие</p> <p align="center">Тема: «Подбрось одной, поймай двумя руками».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей подбрасывать мяч вверх одной рукой и ловить его двумя руками. • Учить детей перебрасывать мяч через сетку одной рукой. • Развивать внимательность детей, умение ориентироваться в пространстве. <p><i>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</i> «Подбрось мяч одной и поймай его двумя руками». «Перебрось мяч через сетку одной рукой»</p> <p>Игра: «Не урони мяч»</p>
<p align="center">52-53 занятие</p> <p align="center">Тема: «Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками» (элементы волейбола).</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками после отскока об землю. • Учить детей перебрасывать мяч друг – другу через сетку после отскока об землю. • Развивать внимательность у детей <p><i>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</i> «Подбрось, поймай мяч после отскока об землю». «Перебрось мяч через сетку после отскока об землю».</p> <p>Игра: «Не урони внимательно смотри».</p>	<p align="center">54 - 55 занятие</p> <p align="center">Тема: «Изучаем подвижные игры»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей передавать мяч не сильно и точно, при передаче делать обманные движения для соперников броски; • Учить детей не ронять мяч при замахе • Учить детей перебрасывать мяч с любого места, так чтобы соперники не смогли поймать его. <p><i>Подвижные игры с элементами волейбола:</i> «Передай не роняй» «Чей мяч улетит дальше» «Поймай мяч переправь через сетку»</p>

56 занятие «Прими стойку».	
<i>Программные задачи:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Показать детям стойку волейболистов; • Учить детей ловить и бросать мяч точно в руки в стойке; • Развивать внимание, быстроту, умение ориентироваться в пространстве. Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Раз, два, три, стойку прими».</i> Игра: Ходим, бросаем, ловим.	
АПРЕЛЬ	
57 - 58 занятие	59 - 60 занятие
<p style="text-align: center;">Тема: «Точно в цель».</p> <i>Программные задачи:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей метать мяч в вертикальную, горизонтальную цель с расстояния. • Учить детей метать мяч вдаль, в обруч. • Упражнять детей в умении ориентироваться в пространстве. Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Попади в цель с расстояния».</i> <i>«Брось вдаль».</i> Игра: «Подвижная цель».	<p style="text-align: center;">Тема: «Прыжки вверх».</p> <i>Программные задачи:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей прыжкам вверх с места. • Учить детей подпрыгивать вверх до предмета, подвешенного на высоте . • Учить детей прыжкам вверх с броском мяча через сетку. Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Вверх с места».</i> <i>«Достань до предмета».</i> <i>«Вверх через сетку».</i>
61 - 62 занятие	63 - 64 занятие
<p style="text-align: center;">Тема: «Бросок мяча вперёд через сетку» (элементы волейбола).</p> <i>Программные задачи:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей подбрасывать мяч вперед через сетку. • Учить детей ловить мяч на лету • Учить детей в умении перебрасывать мяч друг – другу через сетку. Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Перебрось мяч товарищу».</i> <i>«Перебрось мяч точно в руки».</i> <i>«Лови мяч».</i>	<p style="text-align: center;">Тема: «Перебрасывание мяча в парах»</p> <i>Программные задачи:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей передавать мяч двумя руками товарищу от груди и ловля его двумя руками. • Учить детей перебрасывать мяч товарищу и ловить после хлопка в ладони. • Перебрасывание мяча партнёру удобным способом. Обучающие упражнения с

		<p>элементами волейбола: <i>«Перебрось мяч товарищу от груди».</i> <i>«Поймай после хлопка в ладони».</i> <i>«Мяч партнеру»</i></p>
МАЙ		
I неделя	<p>65 - 66 занятие</p> <p>Тема: «Перебрасывание мяча в парах»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Упражнять детей в умении передавать мяч двумя руками товарищу от груди и ловля его двумя руками в движении. • Упражнять детей в умении перебрасывать мяч товарищу и ловить после хлопка в ладони в движении. • Упражнять детей в умении перебрасывание мяча партнёру удобным способом в движении. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Перебрось мяч товарищу от груди».</i> <i>«Поймай после хлопка в ладони».</i> <i>«Мяч партнеру»</i></p>	<p>67 - 68 занятие</p> <p>Тема: «Подача мяча» (элементы волейбола).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Закреплять умение детей подавать мяч одной рукой с близкого и дальнего расстояния верхней подачей. • Закреплять умение детей подавать мяч одной рукой нижней подачей. • Закреплять умение детей ориентироваться в пространстве, действовать по сигналу. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Подай мяч с верхней подачи».</i> <i>«Подай мяч с нижней подачи».</i> Игра: «Прими стойку волейболиста».</p>
	<p>69- 70 занятие</p> <p>Тема: «Разучивание характерных для волейбола движений».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей сохранять стойку волейболистов в перебрасывании мяча друг – другу через сетку. • Учить детей делать 	<p>71 - 72 занятие</p> <p>Тема: «Соревнования» <i>«Пионербол»</i></p>

	<p>только три шага к сетке, чтобы перебросить мяч.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развивать внимание, быстроту, умение ориентироваться в пространстве. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Мяч товарищу через сетку, сохранив стойку».</i> <i>«Три шага к сетке».</i> Игра: Ходим, бросаем, ловим.</p>	
--	--	--

Необходимый спортивный инвентарь, дидактический материал.

1. Волейбольная сетка.
2. Мяч.
3. Разметка площадки.
4. Иллюстрации.
5. Картотеки: Подвижные игры с мячом, Пальчиковые игры, Гимнастики для глаз.
6. Коллаж: «Какие разные мячи».

К концу учебного года дети должны:

- Знать правила игры «Мини-волейбол»,
- Какой необходим инвентарь для игры;
- Уметь перебрасывать мяч через сетку разными способами;
- Владеть тактикой игры;
- Освоить основные движения характерные для волейбола;
- Уметь подавать и уверенно ловить мяч метко и сильно бросать, пасовать товарищам.

ЛИТЕРАТУРА

1. «От рождения до школы» под ред. Н. Е. Вераксы, М. А. Васильевой, Т. С. Комаровой (2016 г.): примерная образовательная программа.
2. «Физическое развитие детей 5-7 лет», Пензулаева Л. И. 2014 .
3. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать» Е. Н Вавилова, Москва «Просвещение», 1983.
4. «Физкультурные праздники в детском саду», Н.Луконина. Л.Чадова.
5. «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста», Т.А Тарасова. М: Творческий центр, 2005.
6. «Двигательная активность ребёнка в детском саду» М.А. Рунова, М. Мозаика – Синтез, 2002.
7. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет», Л.И. Пензулаева. М. Владос, 2002.
8. «Физкультура – это радость! Спортивные игры с нестандартным оборудованием», Л.Н.Сивачева. С.-Петербург. Детство Пресс, 2003.
- 9 «Здоровьеформирующее развитие», И.К. Шилкова. А.С. Большев. Ю.Р. Силкин. Ю.А. Лебедев. Л.В.Филипова. М. Владос, 2001.

Материальные ресурсы:

1. мультимедийное оборудование;
2. спортивный инвентарь;
3. дидактические развивающие пособия.

Приложение №1

ОВД по теме программы, которые включены в календарный план на год.

- Прыжки вверх с места.
- Подпрыгивание вверх до предмета, подвешенного на высоте 15-20см. выше поднятой руки ребёнка.
- Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 10 раз подряд.
- Бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной рукой 4-6 раз подряд
- Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя разными способами.
(Снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю).
- Метание мяча в вертикальную, горизонтальную цель с расстояния 4-5м.
- Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении.
- Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами.
- Метание вдаль на расстояние 5-9 метров.
- Разучивание с детьми характерных для данного вида спорта движений.
- Бросание мяча в разных направлениях.
- Бросок мяча вверх и ловля его двумя руками.

- Бросок мяча вверх вперёд через сетку
- Ловля мяча на лету.
- Перебрасывание мяча партнёру удобным способом.
- Перебрасывание мяча через сетку друг другу.
- Передача мяча двумя руками от груди и ловля его двумя руками.
- Перебрасывание мяча через сетку правой и левой рукой.
- Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.
- Прыжки вверх с броском мяча через сетку.
- Прыжки вверх с места
- Подпрыгивание вверх до предмета подвешенного на высоте 15-20см. выше поднятой руки ребёнка.
- Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 10 раз подряд.

Приложение №

Разучить с детьми характерные для данного вида спорта движения.

- Бросание мяча в разных направлениях.
- Бросок мяча вверх и ловля его двумя руками.
- Бросок мяча вверх вперёд через сетку
- Ловля мяча на лету.
- Перебрасывание мяча партнёру удобным способом.
- Перебрасывание мяча через сетку друг другу.
- Передача мяча двумя руками от груди и ловля его двумя руками.
- Перебрасывание мяча через сетку правой и левой рукой.
- Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.
- Прыжки вверх , с броском мяча через сетку.
- Подбрасывать и ловить мяч двумя руками.
- Подбрасывать мяч вверх и ловить после одного или двух хлопков (для детей 4-7 лет).
- Отбивать мяч об пол двумя руками или одной рукой.
- Отбивать мяч правой левой рукой поочередно.
- Отбивать мяч об пол кулаком (для детей 5-7 лет).
- Отбивать мяч об пол ребром ладони (для детей 5-7 лет).
- Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол.
- Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол и хлопка в ладони (для детей 4-7 лет).
- Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока и кружения (для детей 5-7 лет).
- Подбрасывать мяч вверх, соединить руки перед грудью кольцом и пропускать в него падающий мяч. После отскока поймать.

Виды упражнений с мячом в движении

- Отбивать от груди мяч двумя руками о стенку. Расстояние от 50 см до 1 м и более (для детей 3-7 лет).
- Снизу двумя руками отбивать мяч о стенку и ловить его после отскока об пол (для детей 4-7 лет).
- Так же отбивать мяч и ловить его после отскока и хлопка
- Так же отбивать мяч и ловить после кружения
- Двумя руками из-за головы отбивать мяч об пол, стараясь бросить ближе к стенке, и ловить после отскока о стенку
- То же упражнение, но ловить мяч после кружения
- То же упражнение, но с добавлением хлопков
- (мяч диаметром 12 см). Мяч в правой руке. От плеча отбить мяч об пол и поймать двумя руками после отскока о стену.
- Стоя у стены, малый мяч в правой руке. Отвести руку с мячом назад –вверх и одновременно поднять одноимённую ногу.
- Отбить мяч об пол из-под ноги и поймать после отскока о стену.
- Отбивать мяч одной рукой с продвижением вперёд (мяч отбивать сбоку, чтобы не мешал движению)
- Отбивать мяч с продвижением в разных направлениях и с увёртыванием от ловишки (для детей 4-7 лет).
- Отбивать мяч с продвижением боковым галопом вправо, влево, по кругу (мяч на одном месте) (для детей 5-7 лет).

Виды упражнений с мячом в паре

Все упражнения с 1 по 10 выполнять в паре (для детей 5-7 лет).

Все упражнения с 1 по 10 выполнять в паре с продвижением вперёд (для детей 5-7 лет).

Игры на закрепление игры волейбол

✓ **Передай не роняй.**

Совершенствовать умение ловить мяч, брошенный воспитателем или товарищем на различном расстоянии. Способствовать развитию глазомера, координации движений.

✓ **Чей мяч улетит дальше.**

Создать условия для овладения навыка далеко бросать мяч, двумя руками от груди и из-за головы, ловить его двумя руками. Укреплять мышцы плечевого пояса. Развивать ловкость, быстроту реакции.

✓ **Поймай мяч, переправь через сетку.**

Совершенствовать навык ловли мяча с воздуха и от земли, быстрой его передачи через сетку на сторону противника. Развивать координацию движений, глазомер. Воспитывать интерес к игре мини-волейбол.

✓ **Попади мячом в обруч.**

Способствовать умению играть в командах. Совершенствовать броски мяча в несколько горизонтальных целей, лежащих на полу, далеко и точно перебросив мяч предварительно через волейбольную сетку.

✓ **Подбрось, поймай.**

Создать условия для совершенствования двигательных навыков: подбрасывать мяч, вверх и ловить его двумя руками, не прижимая к груди. Закреплять навыки игры в волейбол.

✓ **Подбрось одной рукой, поймай двумя руками.**

Создать условия для овладения детьми игрой мини- волейбол. Упражнять в подбрасывании мяча одной рукой и ловли двумя руками. Развивать ловкость.

✓ **Ходим, бросаем, ловим.**

Освоение детьми игры мини-волейбол, формировать навык игры в команде, чувство сплоченности.

Упражнять в подбрасывании мяча и ловли его в движении. Укреплять крупные, мелкие мышцы обеих рук.

✓ **Не урони внимательно смотри.**

Продолжать учить играть в волейбол, закреплять правила игры. Совершенствовать умение перебрасывать мяч в парах через сетку. Развивать двигательную реакцию детей, точность, координацию движений.

Воспитывать чувство сплочённости.

✓ **Кого называли, тот ловит мяч.**

Помочь в освоении игры мини-волейбол, отрабатывать умение ловить мяч двумя руками, перебрасывать мяч через сетку. Закреплять умение передвигаться по площадке, быстро реагировать на сигнал.

✓ **Мяч водящему.**

Закреплять умение ловить мяч и бросать друг другу двумя руками.

Способствовать развитию координации движений. Воспитывать уверенность в своих силах.

✓ **Передал – садись.**

Продолжать формировать навык игры, в команде соблюдая правила игры. Совершенствовать умение бросать мяч друг другу. Развивать реакцию, глазомер.

✓ **Успей поймать.**

Продолжать учить играть в волейбол, закреплять умение передавать – ловить мяч координировать свои действия с действиями товарищей. Развивать выносливость, быстроту.

✓ **Перебрось мяч через сетку из-за головы.**

Продолжать освоение детьми игры. Совершенствовать умение перебрасывать мяч через сетку из-за головы.

Развивать умение анализировать свои движения и товарищей. Воспитывать дружеские отношения.

✓ **Мяч через сетку от груди.**

Создать условия для игры мини-волейбол. Закреплять умение бросать мяч через сетку от груди, соблюдать правила. Воспитывать толерантное отношение.

✓ **Делай три шага.**

Обеспечить условия для игры мини-волейбол. Закреплять правило: делать только три шага к сетке, чтобы перебросить мяч на сторону соперника. Приучать слушать сигнал. Развивать внимание, быстроту, ориентировку в пространстве.

✓ **У кого меньше мячей.**

Продолжать тренировку по обучению игре, совершенствовать навыки перебрасывания мяча через сетку разными способами. Развивать быстроту, ловкость. Формировать умение играть в командах.

✓ **Играй, играй мяч не теряй.**

Создать условия для игры мини-волейбол, закреплять правила игры. Формировать умение управлять мячом, уметь слушать сигнал. Развивать выносливость, глазомер. Укреплять дыхательную систему.