

ПРИНЯТО

педагогическим советом

протокол № «1» 28.08.2025

УТВЕРЖДЕНА

Заведующим МАДОУ «Детский сад № 37»

Т.Ю. Малкова

Приказ № 744 «28» август 2025 г.



ПРОГРАММА дополнительной образовательной услуги «ШКОЛА МЯЧА»

Возраст: 3-4 года

Срок реализации: 1 год

Разработала:

Чеснокова Инна Юрьевна

инструктор по физической культуре

высшей квалификационной категории

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	4
1.3. Планируемые результаты	5
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1. Содержание программы	5
2.2. Перспективный план	6
3 ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1 Материально – техническое обеспечение	7
3.2 Оценочные материалы	8
Список используемой литературы	10

Пояснительная записка.

Современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», то есть количество движений занижено. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы.

Таким образом, интенсивность физического развития детей, их здоровье зависит от двигательной активности.

Для реализации потребности детей в движении организована секция «Школа мяча».

Спортивная секция предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья. На занятиях создаются условия для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития, дается возможность раскрыть индивидуальные особенности и творческий потенциал каждого ребенка. Рационально распределяется двигательная нагрузка дошкольников: с учетом физиологической реакции детей, соответствие нагрузки их возрастным и индивидуальным возможностям, уровнем подготовленности.

Бросание и ловля мяча, метание укрепляют мышцы плечевого пояса, туловища, мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера, меткости. Игры с мячом развивают ловкость, ритмичность, координацию и точность движений. Разнообразие движений и их вариантов дает возможность развивать и совершенствовать быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость.

Наряду с физическим развитием детей решаются задачи нравственного, умственного и эстетического воспитания. Во время выполнения движений детьми воспитатель активно формирует у них нравственно-волевые качества: целеустремленность, настойчивость, выдержку, смелость. Действия с мячом занимают большое место в работе по физической культуре, используются детьми в самостоятельных играх и упражнениях.

С удовольствием дети катают мячи, забрасывают их в ящик, корзину. Эти движения нравятся ребенку своей доступностью. Бросать, катать, метать можно мячи большие и маленькие, резиновые и надувные. Упражнения выполняются стоя, сидя, лежа и в разных направлениях. Таким образом, спортивная секция предусматривает разнообразную деятельность детей, дает возможность раскрыть творческий потенциал каждого ребенка, выявить и развить его интересы, а также способствует эмоциональной смене деятельности. После многочисленных упражнений и игр появляется своеобразное «чувство мяча».

Интегрированные качества ребенка, которые он может приобрести в результате освоения программы:

- физически развитый,
- у ребенка сформированы физические качества и потребность в двигательной активности,
- самостоятельно выполняет доступные возрасту физические упражнения,
- способен управлять своим поведением, планировать свои действия, соблюдать элементарные правила и нормы поведения.

1.1. Цель программы: сформировать потребность в движении, развивать и совершенствовать движения, развивать двигательные способности и самостоятельность.

Задачи:

1. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в процессе игр и упражнений с мячами в соответствии с его индивидуальными особенностями.

2. Развитие физических качеств, нравственно-волевых качеств личности.

3. Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности.

4. Расширить диапазон двигательных способностей детей.

5. Воспитание потребности в здоровом образе жизни.

6. Обеспечение физического и психического благополучия.

Занятие состоит из трех частей:

- Вводная (*виды ходьбы и бега, комплекс ОРУ с мячом*).
- Основная (*решаются поставленная задача.*)
- Заключительная (*п\и и м\п с мячом*).

Формы занятий - групповая совместная деятельность.

Способы организации детей:

фронтальный, поточный и индивидуальный.

«Школа мяча» проводится в составе группы-10-12 человек.

Спортивная секция проводить один раз в неделю

(с октября по май включительно) - 32 занятия

Продолжительность занятий: 15 минут.

Формы занятий - групповая совместная деятельность.

Способы организации детей:

фронтальный, поточный и индивидуальный.

Организация условий:

спортивный зал: пособия и игрушки соответствуют по устройству, размерам и весу возрасту детей, их подготовленности, обеспечивается безопасность;

дети в спортивной одежде;

воспитатель в спортивной форме.

Спортивное оборудование: мячи резиновые разного диаметра,, мячи надувные, набивные; дополнительное: мишени, дуги, кегли, палки гимнастические.

Дидактические принципы: сознательность, активность, систематичность и последовательность, доступность и прочность, наглядность.

Методы, используемые на занятиях:

словесные (объяснение упражнения, указание, распоряжение и команда, рассказ, беседа);

наглядные (показ, имитация, звуковые и зрительные ориентиры, использование наглядных пособий);

практические (упражнения, конкретные задания, игровые приемы, поддержка и помощь, соревнования).

1.2. Ожидаемые результаты:

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;

-улучшат свои коммуникативные способности в коллективной деятельности.

Для тестирования физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

Уровни усвоения двигательных умений и навыков.

Низкий уровень. Движения ребёнка с мячом напряженные, скованные, плохо скоординированы, реакция на ловлю мяча замедленная.

Средний уровень. Действия с мячом приобретают согласованность, менее скованы и напряжены. Ребёнок реагирует на ловлю мяча. В играх активен.

Высокий уровень. Движения с мячом активны, хорошо реагирует на ловлю мяча и действует в соответствии с ним, проявляет положительное отношение к играм.

Месяц	Мероприятия	Цель	Кол – во занятий
Октябрь	1. Обследование детей. 2. Прокатывать мяч друг другу. Игра “Мяч в кругу”. 3. Прокатывания мяча под дугу. Игра: “Докати до стены” Игра: “Горячая картошка” 4. Игровое упражнение “Колобок” “Детский боулинг”	Учить прокатывать мяч друг другу. Воспитывать выдержку. Упражнять в прокатывании мяча друг другу. Усваивать упражнения и правила игр. Учить ловить и передавать мяч друг другу с небольшого расстояния. Учить детей катать и ловить мяч. Развивать внимание и ловкость движений.	1 1 1 1
Ноябрь	1.Игровые упражнения: “Весёлые мячи” “Мяч в кругу” “Прокати и догони”. 2.Прокатывания мяча в длину. Упражнение: “Передача мячей”	Учить детей слушать сигнал, ориентировка в пространстве. Формировать умение управлять мячом и играть с ним.	2 2
Декабрь	1.Игровые упражнения: «Игра в мяч»; «Салют». 2. Перебрасывание мячей друг другу. Игра: “Послушный мяч”	Учить детей ловить мяч, развивать реакцию.	2 2
Январь	1. Игровые упражнения: Упражнения: “Пирамидка”; «Горячая картошка». 2. Упражнения: “Мяч вокруг обруча”; « Съедобное – несъедобное».	Развивать элементарные навыки попадания мячом в цель. Учить детей ловить и передавать мяч друг другу с небольшого расстояния. Развивать умение ориентироваться на площадке, быстроту мышления.	2 2
Февраль	1.Прокатывание мяча между предметами. Упражнение: “Успей поймать”, “Догони мяч”. 2. Метание мяча в горизонтальную цель. Упражнение: “Мяч в кругу”, “Мяч на дорожке”	Учить детей прицеливаться при броске мяча в цель, воспитывать уверенность в своих целях. Совершенствовать навык отталкивания мяча. Продолжать катать мяч в прямом направлении.	2 2
Март	1. Игровые упражнения: «Игра в мяч»; «Салют».	Развивать зрительно – моторную координацию.	2

	2.Метание мяча вдаль. Упражнение: “Бег за мячом”, “Передай по кругу”.	Упражнять метание вдаль (энергично отталкивать мяч в заданном направлении).	2
Апрель	1.Перебрасывания мяча друг другу. Упражнения: “Догони мяч”. 2. Упражнения: “Подбрось и поймай”, ” Сбей кегли”, “Мяч вокруг обруча”.	Совершать навыки передачи – ловли мяча. Воспитывать организованность.	2
		Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его. Развивать ловкость движения.	2
Май	1.Прокатывание мяча вокруг кеглей двумя руками. Упражнение: “Сбей кегли”. 2. Упражнение: “Догони мяч”; “Мяч через шнур”.	Закреплять умение детей прокатывать мяч вокруг предметов. Развивать меткость.	2
		Развивать умение ориентироваться в пространстве.	2
ИТОГО			32

Формы подведения итогов реализации дополнительной программы:

- проведение спортивного праздника,
- оформление фото - стенда.

Календарь проведения кружка.

Методика обучения детей упражнениям с мячом.

Катание, прокатывание, скатывание выполняется из разных исходных положений: сидя на полу, сидя на стуле, стоя. Сначала воспитатель сам направляет мяч ребёнку и учит ловить его. Затем дети катают мяч друг другу. В исходном положении сидя на полу спина должна быть прямая, мяч находится между расставленными ногами в слегка согнутых руках. Ребёнок сначала смотрит на того, кому будет катить мяч («прицеливается», измеряет расстояние глазами, затем переводит взгляд на мяч и, наклоняясь вперёд, энергично толкает его кистями; после этого выпрямляется и смотрит, как мяч докатывается до партнёра.

При катании сидя на стуле ребёнок наклоняется вперёд, кистями рук толкает мяч, находящийся между ступнями. И после этого выпрямляется.

При катании из положения стоя присаживается на корточки или наклоняется вперёд, толкает мяч и тут же встаёт.

Нужно научить детей энергично отталкивать мяч от себя в определённом направлении, тогда он будет катиться ровно и быстро, не подскакивая, и его легко поймать. При ловле же нужно внимательно наблюдать за мячом и стараться вовремя схватить его, чтобы он не укатился в сторону.

Сначала дети катают мяч двумя руками, потом одной – как правой, так и левой. Расстояние постепенно увеличивается от 1 м до 1,5 – 2 м. В дальнейшем задания усложняются: нужно не только докатить мяч до другого ребёнка, но и прокатить его между линиями или ножками стула, в ворота, дугу, между предметами, расставленными на расстоянии 60-40см. Прокатывание можно сочетать с заданиями: попасть в большой мяч или кегли, катать по доске или скамейке, скатывать с наклонной доски. Скатывать мяч с доски можно одной или двумя рукой: ребёнок берёт его снизу обеими руками (ладони вперёд, подходит к доске и, став прямо перед ней, толкает мяч так, чтобы он катился до конца доски; при катании одной рукой нужно подойти к доске сбоку (справа, если катят левой рукой; слева, если правой, взять мяч снизу (ладонью вперёд) и толкнуть его.

Бросание мяча вверх и ловля двумя руками доступны детям с трёхлетнего возраста. Бросок выполняется двумя руками снизу вверх перед собой. Чтобы сохранить вертикальное направление движения мяча, нужно следить глазами за его полётом. Ловят мяч двумя руками, не прижимая их к туловищу, руки несколько расставлены. Ребёнок старается схватить мяч, зажимая его с двух сторон ладонями рук (*слева и справа*) или одной рукой сверху, другой –снизу. Можно ловить мяч, подставляя кисти рук, сложенные чашечкой (пальцы расставлены). Исходное положение при бросании мяча вверх одной рукой и ловле двумя руками: стойка носки врозь, мяч в одной руке. Бросок делается одной рукой снизу вверх перед собой, при этом ребёнок следит глазами за мячом (*способы ловли описаны выше*). Когда дети освоят простые способы бросания и ловли, им предлагают более сложные задания: подбросить мяч, хлопнуть в ладоши (*впереди себя, за спиной, сбоку*) и поймать; подбросить, повернуться кругом и поймать мяч; поймать мяч после отскока от пола и т. д.

Бросание мяча вниз о пол и ловля его. Сначала даётся самое простое упражнение. Исходное положение: стойка ноги врозь, мяч держат в двух слегка согнутых руках, ладони немного расставлены и обращены друг к другу. При броске руки поднимают вверх, затем с силой ударяют мяч о пол. Чем сильнее удар, тем выше отскок мяча. При ловле руки расставлены довольно широко. Когда мяч после отскока начинает падать вниз, его ловят двумя руками (*либо прижимая с обеих сторон, либо одной рукой сверху, другой снизу*). Ударять о пол можно и одной рукой. Исходное положение для этого упражнения: стойка ноги врозь, рука с мячом внизу. Ребёнок сначала поднимает руку на уровень груди ладонью вниз, потом ударяет о пол и затем ловит его двумя руками.

По мере овладения простыми упражнениями вводятся усложнённые задания: ударить о пол и поймать мяч после хлопка в ладоши (*впереди себя, за спиной, сбоку, с поворотом и др.*). Кроме того, детям предлагают упражнения в отбивании мяча на месте двумя руками, одной рукой (правой или левой, кулачком, ребром, с продвижением вперёд по прямой, по кругу (около обруча, змейкой (*около или между предметами*)).

Бросание мяча в стенку используется в старшей и подготовительной группах. При выполнении этого упражнения дети отставляют правую ногу назад и бросают мяч снизу. Бросать и ловить можно как двумя, так и одной рукой, причём с различными дополнениями

тельными заданиями: с хлопком, с поворотом кругом, с отскоком мяча от пола.

Метание на дальность и в цель выполняется различными способами: *«из-за спины через плечо», «прямой рукой сверху», «прямой рукой снизу», «прямой рукой сбоку»*. Техника метания состоит из следующих элементов: исходное положение, прицеливание, замах, бросок, сохранение равновесия после броска.

Метание *«прямой рукой снизу»* применяется для попадания в горизонтальную цель, при бросании мяча друг другу или стенку, при перебрасывании мяча через сетку.

Исходное положение: ноги чуть шире плеч, правая отставлена назад; правая рука, полусогнутая в локте, перед грудью или вдоль туловища, которое следует повернуть вполоборота вправо; тяжесть тела распределена равномерно на обе ноги, взгляд обращён вперёд. При прицеливании туловище наклоняется вперёд; тяжесть тела переносится на левую ногу; правая, выпрямляясь, ставится на носок; правая рука с предметом сгибается в локте, поднимается вперёд –вверх до уровня глаз ребёнка, левая слегка отводится вниз –назад. При замахе правая рука с предметом идёт назад до отказа, одновременно правая нога отставляется назад и сгибается в колене,

причём на неё переносится тяжесть тела; туловище слегка наклоняется вперёд, левая нога выпрямляется; левая рука выносится вперёд. При броске выпрямляются ноги и туловище.

При обучении метанию в цель используются нарисованные круги, обруч, лежащий или подвешенный.

Детей старшего возраста полезно учить попаданию в движущуюся цель – игры «Зайцы и охотники», «Ловишка с мячом». Детей дошкольного возраста учат метать мяч двумя руками «снизу», «от груди», «от плеча», «сбоку», «из-за головы». Способ двумя руками снизу применяется при бросании мяча через сетку, друг другу.

Исходное положение: ноги чуть шире плеч или правая отставлена назад. При прицеливании обе руки с мячом поднимаются вперёд–вверх, тяжесть тела переносится на левую ногу. При замахе руки с мячом опускаются вниз и подводятся к правой ноге. Тяжесть тела переносится на правую полусогнутую ногу, туловище наклоняется вперёд, левая нога выпрямляется. При броске туловище и ноги выпрямляются, руки выносятся вперёд, правая нога приставляется к левой. К способу двумя руками от груди прибегают, когда нужно бросить мяч друг другу, в стенку. Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки с мячом перед грудью. При прицеливании туловище наклоняется слегка вперёд–вниз, руки с мячом выносятся немного вперёд, тяжесть тела переносится на вперёд стоящую ногу. При замахе туловище и ноги с мячом отклоняются назад, тяжесть тела переносится на сзади стоящую ногу. При броске туловище и нога выпрямляются, руки тоже выпрямляясь, бросают мяч; тяжесть тела переносится на левую ногу; правая нога приставляется к левой.

Метание способом из-за головы применяется при бросании мяча в обруч и кольцо, через верёвку или сетку. Исходное положение: ноги на ширине плеч; руки подняты вверх и согнуты так, чтобы находился за головой. При замахе туловище и руки отклоняются назад, ноги сгибаются в коленях; тяжесть тела переносится на сзади стоящую ногу. При броске ребёнок выпрямляет туловище и ноги, поднимается на носки, руки вытягивает вперёд –вверх и делает бросок. Способами двумя руками сбоку бросают мяч друг другу. Исходное положение: правая нога отставлена назад, руки с мячом отведены назад –вправо. При замахе руки с мячом отводятся назад до отказа, тяжесть тела переносится на правую ногу. При броске тяжесть тела переносится на левую ногу, мяч выбрасывается движением туловища и рук вперёд.

Методы обучения детей упражнениям и играм с мячом.

- * показ образца с одновременным объяснением, выполнением действий и включением в них детей (*младший дошкольный возраст*)

- * пояснение и показ упражнений

- * повторение упражнения

- * использование схематичных изображений – алгоритмов выполнения упражнений

- * творческие задания

- * игровые задания

Обучение в «Школе мяча» строится по иерархической лестнице: от простого к сложному, от контролируемого к самостоятельному.

Обучение навыкам владения мячом состоит из трех этапов:

1. Начальный или подготовительный этап. Основной его задачей является развитие у детей координации движений, умения следить за траекторией

полета мяча, выработки быстрой ответной реакции на летящий мяч. На этом этапе дети учатся простейшим действиям с мячом.

2. Этап углубленного разучивания. Главная его задача – сделать действия детей направленными, осознанными. В этот период дети активно знакомятся с подвижными играми с мячом.

3. Этап закрепления и совершенствования (*основной*). На этом этапе дети закрепляют полученные знания и навыки владения мячом.

Игры с мячом.

Игра «Колобок».

Цель игры: учить детей катать и ловить мяч.

Ход игры: Воспитатель находится в центре зала с мячом в руках. Дети располагаются хаотично.

Воспитатель: «*Колобок – румяный бок покатился во лесок*». На сигнал: «*Зайцы*» дети прыгают, как зайцы.

Воспитатель: «К зайцу (*имя ребенка*) покатился». Воспитатель катит мяч тому, кого назвал. Ребенок возвращает мяч – катит его обратно.

Сигнал: «*Волки*» - дети передвигаются по залу широким шагом.

Воспитатель: «К волку (*имя ребенка*) в лапы прыгнул». Воспитатель бросает мяч ребенку способом снизу. Ребенок бросает мяч воспитателю тем же способом.

Игра продолжается. Дети имитируют походку медведя и лисы.

Игра «Горячая картошка»

Цель игры: учить детей ловить и передавать мяч друг другу с небольшого расстояния.

Ход игры: Дети стоят по кругу. На сигнал: «*Горячая картошка*» начинают перебрасывать или передавать мяч по кругу. Если ребенок не поймал мяч, то он «*обжегся*», должен пробежать с мячом круг и вернуться на свое место.

Игра «Акула».

Цель игры: учить детей катать мяч в заданном направлении и ловко от него увертываться.

Ход игры: Дети-рыбки «*плавают*» по «*морю*». Один ребенок – акула. На сигнал: «*Акула*» дети убегают, а ребенок-акула быстро катает мячи, стараясь попасть в рыбешек.

Для детей старшего возраста наиболее эффективной формой обучения по программе «*Школа мяча*» являются специальные организованные занятия в спортивном зале и на площадке детского сада. Как правило, такие занятия строятся в соответствии с общими принципами структуры физического занятия, но состоят обычно только из упражнений и игр с мячом. «*Школа мяча*» на этой возрастной ступени подготавливает детей к усвоению техники владения мячом, как инвентаря спортивных игр. Дошкольники осваивают технику передачи и ловли мяча, ведения и бросков в корзину. В «*школе мяча*» дети 5-6 лет воспитываются в коллективной игре, учатся уступать друг другу, действовать по сигналу.

Игра «Автомобили».

Цель игры: учить детей выполнять различные движения с мячом: подбрасывать и ловить, вести мяч одной или двумя руками.

Ход игры: на площадке размечается дорога шириной 2-3 м и длиной 4-5 м. Все дети - автомобили. Они выполняют движения с мячом по заданию ведущего - «*светофора*» (дети могут вести мяч одной или двумя руками, ловить и подбрасывать, при этом передвигаясь по площадке). Если «*светофор*» показывает желтый свет, автомобили подбрасывают и ловят мяч, стоя на месте (*ударяют мячом о землю*). Когда загорается зеленый, все автомобили передвигаются по площадке,

выполняя упражнения с мячом (*ведут, подбрасывают и ловят мяч*). На красный свет автомобили останавливаются, движение с мячом заканчивается. Игра повторяется 2-3 раза

В подготовительной к школе группе необходимо научить детей определенной технике передачи, ловли, ведения и бросков мяча. Воспитанники учатся применять полученные навыки владения мячом в игровой ситуации. Большая часть занятия отводится проведению спортивных игр с мячом.

Игровые упражнения и задания с мячом для индивидуального выполнения.

«Дотронься до мяча»

Взрослый держит в руке небольшой мяч в сеточке. Ребёнку предлагают подпрыгнуть и дотронуться до мяча двумя руками.

«Мой весёлый звонкий мяч»

Подражая мячу, дети подпрыгивают на двух ногах, а взрослый произносит слова из стихотворения С. Маршака *«Мяч»*:

Мой весёлый, звонкий мяч,

Ты куда помчался вскачь?

Красный, жёлтый, голубой,

Не угнаться за тобой!

«Прокати мяч»

Малышу предлагают прокатить большой мяч взрослому, находящемуся от него на расстоянии 1,5-2 м. Взрослый возвращает мяч ребёнку. Сначала ребёнок играет сидя на полу, затем стоя, наклоняясь для того, чтобы оттолкнуть мяч. Расстояние от взрослого до ребёнка постепенно увеличивают до 3-4 м.

«Прокати мяч в ворота»

Прокатить мяч в одном направлении на расстояние 1-1.5 м в ворота шириной 50 см. Прокатив ребёнок сам догоняет мяч.

«Брось дальше»

Ребёнок бросает мяч, стоя на линии, начерченной на земле. На месте падения взрослый делает метку и предлагает бросить ещё дальше.

«Поймай мяч»

Взрослый, стоя напротив ребёнка (1,5 -2 м, бросает ему мяч. Ребёнок возвращает мяч. Взрослый сопровождает действия словами: *«Лови, бросай, упасть не давай»*. Каждое слово сопровождается броском мяча. Слова нужно произносить медленно.

«Подбрось – поймай»

Ребёнок бросает мяч вверх и ловит его. Взрослый считает, сколько раз малыш поймает мяч.

«Подбрось выше»

Ребёнок подбрасывает мяч как можно выше.

«Перебрось через верёвку»

Ребёнок становится напротив верёвки, натянутой на высоте поднятой руки малыша. Расстояние от ребёнка до верёвки – не более 1,5 м. Ребёнок бросает мяч из-за головы двумя руками, стараясь перебросить его через верёвку, затем бежит за ним и снова бросает.

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 3-4 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.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 364594085773079485149359994365539118177086968184

Владелец Малкова Татьяна Юрьевна

Действителен с 13.10.2025 по 13.10.2026