

ПРИНЯТА:
на Педагогическом совете
структурного подразделения
ГБОУ СОШ пос. Новоспасский
протокол № 1
от « 29 » августа 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГБОУ СОШ
пос. Новоспасский
_____/Воронина О.П./
« 29 » августа 2025 г.

**Рабочая программа
кружка
«Веселый мяч»**

**Возраст обучающихся: 5-6 лет
Срок реализации: 1 год**

**Руководитель кружка:
Кононирова Анастасия Вячеславовна
Инструктор по ФИЗО**

п. Степняки 2025г

Содержание

I раздел.	
Целевой раздел-----	
-3-7	
1. Пояснительная записка	
1.1. Цель, задачи программы	
1.2. Принципы формирования программы	
1.3. Связь с другими образовательными областями	
1.4. Предполагаемые результаты реализации программы	
II раздел. -----	8-
22	
2.1. Учебно – тематический план	
2.2 Календарно – тематическое планирование	
2.3. Прогнозируемый результат	
2.4. Методическое обеспечение	
III раздел Организационный раздел программы-----	23-
25	
3.1. График, формы, режим проведения занятий	
3.2 Материально – техническое обеспечение	
3.3. Взаимодействие с родителями.	
IV раздел. -----	26-
27	
4.1 Система контроля и оценивания результатов	
4.2 Методическое обеспечение	
Приложение -----	28-
38	

I раздел ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Весёлый мяч» (далее Программа) разработана воспитателем Степняковского филиала ГБОУ СОШ пос. Новоспасский Кононировой А.В.

В дошкольном возрасте закладывается жизненный уровень физического развития, его биологический и социальный компоненты, т.е. те качества и способности которые используются человеком на протяжении всей его жизни.

На современном этапе развития общества по-новому ставится задача воспитания здоровых, гармонично развитых людей, обладающих высокой умственной и физической работоспособностью. Полноценное физическое развитие детей возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания, природных факторов, гигиенических мероприятий и физических упражнений.

Приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, чёткость и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство коллективизма. Оптимальный объем развития двигательных качеств — одно из условий сохранения и укрепления здоровья детей. Базовыми двигательными качествами детей являются: ловкость, меткость, точность, подвижность, равновесие, ритмичность, быстрота реакции.

Сущность физкультурно-оздоровительной работы в детском саду состоит в том, чтобы для каждого ребенка дошкольного возраста выбрать форму двигательной активности, которая способствует укреплению его здоровья.

Актуальность программы заключается в том, что для удовлетворения потребности детей в двигательной активности в детском саду необходимо организовывать занятия физкультурно-спортивной направленности.

Важное место в системе физического развития детей дошкольного возраста занимают действия с мячом.

Мяч – удобная, динамичная игрушка, занимающая особое место в развитии действий руки. Первые игры с мячом бесценны по своей значимости для здоровья, эмоциональной достаточности, физического и интеллектуального развития маленького ребенка. На протяжении всего дошкольного детства игры с мячом усложняются и как бы «растут» вместе с ребенком, составляя огромную радость детства.

Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Игры с мячом пользуются у детей наибольшей популярностью, и это неудивительно. Мяч (большой или маленький) — это снаряд, который требует проворных рук и повышенного внимания. Сюжеты упражнений с мячом разнообразны. Мяч можно перебрасывать, надо уметь его ловить, мячом можно пятнать, выбивать. Для детей мяч это круглый, легкий, упругий, привлекательный снаряд, нередко символизирует приобщение к спортивным играм: волейболу, баскетболу, футболу.

При систематическом обучении дети без проблем совершают сложные координированные движения, начинают логически осмысливать свои действия, значительно улучшаются навыки владения мячом: свободно держать, передавать, бросать, вести мяч, следить за ним. Кроме того, правильно подобранные упражнения с мячом могут способствовать выработке таких психологических качеств, как внимательность,

инициативность, целеустремленность. Особый интерес представляет использование игрового метода и упражнений из арсенала спортивных игр в системе физического воспитания детей старших групп в дошкольных образовательных учреждениях. Физкультурные занятия, построенные на использовании элементов спортивных игр и упражнений, в значительной степени способствуют повышению уровня физической подготовленности, физическому и психическому развитию, вызывают повышенный интерес к занятиям двигательной деятельностью у дошкольников.

Из вышеизложенного, назрела острая необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной активности ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Решение этой проблемы я вижу в играх и упражнениях с мячом

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Дополнительная общеобразовательная программа «Весёлый мяч» разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N1155);
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. N 1008);
- «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)» (письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242);
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04 июля 2014 года №41 «Об утверждении СанПиН» 2.4.4.3172-14)

1.1. Цель программы - обогащение двигательного опыта детей за счет усвоения разнообразных действий с мячом на достаточно высоком уровне.

Задачи:

Обучающие:

- * Научить детей владеть мячом на достойно высоком уровне.
- * Познакомить дошкольников с историей игр.
- * Учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

Воспитывающие:

- * Формировать интерес к физическим упражнениям с мячом.
- * Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.
- * Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.
- * Воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Развивающие:

- * Развивать координацию движений, выносливость, быстроту ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.
- * Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, подача мяча, блокирование, разучить индивидуальную тактику.
- * Умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.
- * Развивать психофизические качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость.
- * Развивать координацию движений; ручную умелость.

Оздоровительные:

- * Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе и их эмоциональное благополучие;
- * Способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей.
- * Формирование правильности осанки.

1.2. Программа основывается на следующих принципах:

*** Наглядность.**

Показ физических упражнений, использование схем движений с мячом, образный рассказ, подражание, имитация известных детям движений.

*** Доступность.**

Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка, соответствие содержания возрастным особенностям детей.

*** Систематичность.**

Регулярность занятий, повышение нагрузки, усложнение техники их исполнения.

*** Закрепление навыков.**

Многократное выполнение упражнений. Умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.

*** Индивидуальный подход.**

Учет особенностей возраста, особенностей каждого ребенка. Воспитание интереса к занятиям, активности ребенка.

*** Сознательность.**

Понимание пользы упражнений. Потребность их выполнения в домашних условиях.

*** Обогащение детского развития.**

1.3. Связь с другими образовательными областями

«Социально-коммуникативное развитие»	Развитие игровой деятельности; формирование гражданской принадлежности, патриотических чувств. Развитие чувства коллективизма, умения подчинять собственные желания интересам коллектива Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности в непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию.
«Познавательное развитие»	Расширение знаний детей о мяче, различных видах игр с мячом.
«Речевое развитие»	Развитие свободного общения с взрослыми и детьми во время выполнения упражнений и игр с мячом; выражение собственных ощущений.
«Физическое развитие»	Развитие физических качеств, сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование представлений о здоровом образе жизни.

1.4 Предполагаемые результаты реализации программы:

- укрепление здоровья детей;
- повышение уровня двигательной активности;
- формирование двигательных умений и навыков;
- укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях;
- умение чувствовать себя комфортно в коллективе;
- умение владеть мячом на достаточно высоком уровне.

II Раздел

2.1 Учебно-тематический план

№	Раздел	Кол-во	Теор-практич	Практич
1	Диагностика	4		4
2	История возникновения мяча	1	1	
3	Броски мяча	18		18
4	Подбрасывание мяча	1		1
5	Перебрасывание мяча в парах	15		15
6	Перебрасывание мяча через сетку	2		2
7	Отбивание мяча	11		11
8	Забрасывание мяча в корзину	8		8
9.	Катание мячей	2		2
10	Итоговые	2		2
	Итого:	64	1	63

2.2 Календарно – тематическое планирование

Мес яц	п/п№ Тема занятия	Задачи	Содержание
Сентябрь	Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	- Отбивание мяча – не менее 10 раз, не теряя мяча (дети стоят на месте, наклоняя тело несколько вперед, рука ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху и от себя, равномерно, согласованно с передвижением). - Броски мяча в корзину 2-мя руками из-за головы (с расстояния 3м., высота 2 м.) - Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте - Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении - Броски мяча на меткость в цель
	Диагностика	2. Выявить уровень физической подготовленности детей.	- Перебрасывание мяча друг другу. - Отбивание мяча на месте. - Подбрасывание мяча с хлопками в движении. - Броски мяча в цель на меткость.
Октябрь	1. Броски мяча	1. Учить бросать мяч вверх с хлопками. 2. Упражнять в перебрасывании мяча. Воспитывать ловкость	- Бросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши за спиной и поймать мяч. - Бросить мяч вверх, повернуться кругом и поймать мяч. - Бросить мяч вверх, сесть, скрестив ноги, и поймать мяч.
	2. История возникновения мяча	1. Углубить представление детей о спортивных играх с мячом. 2. Познакомить с историей возникновения мяча. 3. Развивать ориентировку в пространстве.	- Знакомство с историей возникновения мяча. - Р/н/и «Свечки», «Одноручье». - Беседа «Спортивные игры с мячом». - Д/и «Что это за мяч?» - П/и «Пятнашки с мячом»
	3. Броски мяча	1. Броски мяча разными способами, из разных и.п. 2. Воспитывать ловкость.	- Сесть на корточки, бросить мяч вверх, вскочить на ноги и поймать мяч. - Бросить мяч высоко вверх, наклониться, дотронуться кончиками пальцев до носков ног, выпрямиться и поймать мяч. - Д/и «Что это за мяч?»
	4. Броски мяча	1. Учить броскам мяча об пол из разных исходных положений. 2. Воспитывать ловкость и развивать координацию.	- Ударить мячом об землю так, чтобы он высоко подпрыгнул, затем нагнуться, дотронуться кончиками пальцев до носков ног и, выпрямившись, поймать мяч. - Сильно ударить мяч перед собой об землю, повернуться кругом и поймать мяч.

			- Начертить на земле круг (в окружности 12 шагов, в поперечнике 4 шага), обежать его 3 раза, отбивая мяч ладонью одной руки (то правой, то левой). - Приподнять правую ногу, слегка вытянув ее вперед, и бросить мяч левой рукой об землю, так чтобы он пролетел под правой ногой. Затем поймать отскочивший мяч справа, не опуская ноги. Сделать то же упражнение, приподняв левую ногу и бросив мяч левой рукой. Побеждает тот, кто наберет большее число очков.
Октябрь	5. Катание мяча	1. Учить катать мяч между предметами и в цель. 2. Развивать координацию движений	- Катание мяча, шарика с попаданием в предметы (кегли, бабки и др.), катание «змейкой» между предметами. - П./и. Поймай мяч. Догони мяч.
	6. Броски мяча	1. Продолжить учить бросать мяч вверх и ловля его двумя руками, одной рукой. 2. Упражнять в перебрасывании мяча в парах с хлопком. 3. Воспитывать ловкость	- Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд). - Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой (не менее 4 – 6 раз подряд). - Бросание мяча друг другу с хлопком.
	7. Броски мяча	1. Учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 10 раз подряд. 2. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. при прокатывании мяча. 3. Воспитывать самостоятельность	- Броски мяча вверх и ловля его на месте не 10 раз подряд. - Прокатывания мяча одной рукой и двумя руками из разных и.п. между предметами (ширина 90-40см., длина 3-4м.) - Прокатывание мяча ногами по прямой - П/и «Ловкий стрелок»
	8.Подбрасывание мяча	1. Продолжить учить бросать мяч вверх с хлопками. 2. Упражнять в перебрасывании мяча. 3. Воспитывать ловкость	- Подбрасывание мяча вверх с хлопками - Перебрасывание мяча друг другу из разных и.п. - П/и «Ловишка с мячом»
Ноябрь	1. Броски мяча	1. Учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 10 раз подряд. 2. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. при прокатывании мяча. 3. Воспитывать самостоятельность	- Броски мяча вверх и ловля его на месте не 10 раз подряд. - Прокатывания мяча одной рукой и двумя руками из разных и.п. между предметами (ширина 90-40см., длина 3-4м.) - Прокатывание мяча ногами по прямой - П/и «Ловкий стрелок»
	2. Броски мяча	1.Отрабатывать броски мяча вверх в движении. 2. Развивать глазомер, координации движений. 3. Отрабатывать бросок мяча ногой в цель.	- Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 10 раз подряд) - Броски мяча об пол и ловля 2 раза на месте (не менее 10 раз подряд) - П/и «Ловишка с мячом» - Броски мяча ногой в цель (3 раза из 10)
	3. Перебрасывание мяча	1. Передача мяча двумя руками от груди 2. Ловля мяча в парах 3.Развивать внимание и ориентировку в пространстве	- Передача мяча в парах двумя руками от груди с шагом вперед (не менее 10 раз подряд) - Ловля мяча двумя руками у груди с шагом назад (не менее 10 раз подряд) - П/и «Ловишка с мячом».

	4. Подвижные игры	1. Игры совершенствуют навыки передачи – ловли мяча. 2. Воспитывают организованность, чувство коллективизма.	- «Горелки с мячом» - «Зайчики» - «Наоборот»
	5. Перебрасывание мяча	1. Учить передавать мяч друг другу в движении (парами). Способствовать развитию выдержки, смелости.	- Бросание мяча друг другу и ловля из положения сидя. - Бросание мяча друг другу и ловля с поворотом кругом. - Бросание мяча друг другу и ловля с отскоком от земли. Бросание мяча друг другу и ловля в движении
	6. Отбивание мяча	1. Учить отбивать мяч двумя руками на месте и в движении. 2. Учить отбивать мяч правой, левой рукой. 3. Воспитывать ловкость и координацию.	- Отбивание мяча об землю двумя руками, стоя на месте (не менее 10 раз подряд). - Отбивание мяча об землю двумя руками, продвигаясь вперед шагом в прямом направлении на расстоянии 5 – 6 м. - Отбивание мяча об землю одной рукой (правой или левой), продвигаясь вперед. - Отбивание мяча об стенку с хлопком, поворотом, отскоком от земли.
	7. Броски мяча	1. Учить бросать мяч об пол и ловить его двумя руками не менее 10 раз подряд. 2. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. 3. Воспитывать настойчивость. 4. Учить передавать друг другу мяч ногами	- Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении (не менее 10 раз) - Перебрасывание мяча друг другу в разных направлениях стоя, сидя - Передача мяча друг другу в парах - П/и «Мяч в воздухе»
	8. Перебрасывание мяча	1. Учить бросать и мягко ловить мяч в парах разными способами. 2. Развивать ловкость, внимание, глазомер.	- Перебрасывание мяча сидя и стоя спиной друг к другу - Перебрасывание мяча друг другу в разных построениях (парами, тройками) - Перебрасывание мяча друг другу в разных построениях (парами, тройками) с помощью ног - П/и «Мяч в воздухе»
	9. Броски мяча	1. Учить бросать мяч двумя руками из-за головы. 2. Учить бросать мяч одной рукой из-за головы. 3. Учить бросать мяч двумя руками из-за головы. 4. Учить бросать мяч одной рукой из-за головы.	- Броски мяча двумя руками из-за головы - Броски мяча одной рукой из-за головы - Броски мяча двумя руками из-за головы - Броски мяча одной рукой из-за головы
Декабрь	1. Перекатывание набивного мяча	1. Упражнять в перекатывании набивного мяча друг другу. 2. Развивать координацию движений, внимание.	- Забрасывание мяча в корзину - Перекатывание набивного мяча друг другу - Ударить перед собой мяч, повернуться кругом, поймать мяч - П/и «Кого называли, тот и ловит»
	2. Перебрасывание мяча	1. Учить перебрасывать мяч через сетку. 2. Совершенствовать метание набивного мяча. 3. Воспитывать выдержку.	- Перебрасывание мяча через сетку. - Метание набивного мяча из-за головы - П/и «Гонка мячей по шеренгам»
	3. Броски мяча	1. Учить броскам в баскетбольную корзину. 2. Учить броскам набивного мяча из правильного и.п.	1. Забрасывание мяча в баскетбольную корзину. 2. Бросание двумя руками набивного мяча (вес до 1 кг) от груди и из – за головы. 3. С мячом под дугой. Проползти на четвереньках под дугой (высота 40 см), толкая головой набивной мяч. Расстояние до дуги 2 – 3 метра

	4. Броски мяча	1.Отрабатывать броски мяча вверх в движении. 2. Развивать глазомер, координации движений. 3. Отрабатывать бросок мяча ногой в цель.	- Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 10 раз подряд) - Броски мяча об пол и ловля 2 раза на месте (не менее 10 раз подряд) - П/и «Ловишка с мячом» - Броски мяча ногой в цель (3 раза из 10)
Декабрь	5. Передача мяча	1. Передача мяча двумя руками от груди 2. Ловля мяча в парах 3.Развивать внимание и ориентировку в пространстве	- Передача мяча в парах двумя руками от груди с шагом вперед (не менее 10 раз подряд) - Ловля мяча двумя руками у груди с шагом назад (не менее 10 раз подряд) - П/и «Ловишка с мячом.
	6. Подвижные игры	1.Игры совершенствуют навыки передачи ловли мяча; 2. Воспитывают организованность, чувство коллективизма	«Горелки с мячом» «Зайчики» «Наоборот»
	7.Перебрасывание мяча	1. Продолжать учить перебрасывать мяч через сетку. 2. Развивать быстроту, ловкость, умение быть организованным.	- Перебрасывание мяча через сетку - Прокатывание в ворота набивного мяча головой - П/и «Мяч – капитану»
	8. Броски мяча	1. Упражнять в быстрой смене движений. 2. Закреплять умение работать в парах. 3. Развивать внимание.	- Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза - Перебрасывание мяча через сетку в парах - Передача мяча друг другу парами с помощью ног -П/и «Вышибалы»
Январь	1.Отбивание мяча	1. Учить отбивать мяч одной рукой на месте. 2. Учить останавливать мяч ногой. 3. Упражнять в быстрой смене движений. 4. Развивать ловкость	- Отбивание мяча правой и левой рукой на месте - Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза - Остановка мяча ногой - П/и «Пяташки на улиточках»
	2.Отбивание мяча	1. Учить отбивать мяч в движении. 2. Развивать глазомер, ловкость при броске мяча в корзину.	- Отбивание мяча правой и левой рукой в движении (5 – 6 м.) - Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо - Забрасывание мяча в ворота - П/и «Лови – не лови»
	3.Перебрасывание мяча	1. Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами. 2. Развивать силу броска, точность движений, глазомер	- Перебрасывание мяча через сетку в парах - Перебрасывание мяча одной рукой через сетку, ловля 2 руками - П/и «Мельница»
	4.Броски мяча	1.Отрабатывать броски мяча вверх в движении. 2. Развивать глазомер, координации движений. 3. Отрабатывать бросок мяча ногой в цель.	- Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 10 раз подряд) - Броски мяча об пол и ловля 2 раза на месте (не менее 10 раз подряд) - П/и «Ловишка с мячом» - Броски мяча ногой в цель (3 раза из 10)

	5.Броски мяча	1. Учить ловле мяча, закреплять умение быстро реагировать на сигнал, способствовать развитию ориентировки в пространстве. 2. Совершенствовать навыки ловли – передачи мяча. Развивать ловкость, выносливость	- Бросание мяча вверх и ловля двумя руками (не менее 20 раз подряд). - Бросание мяча вверх и ловля одной рукой (не менее 10 раз подряд). - Бросание мяча друг другу с хлопком, с поворотом, с отскоком от земли, в косом направлении.
	6.Перебрасывание мяча	1. Учить броскам мяча в парах из разных и.п. 2. Развивать силу, точность движений, глазомер.	- Бросание мяча друг другу в разных положениях: стоя лицом, стоя на коленях, сидя по–турецки, лежа. - Катание друг другу набивного мяча. - Бросание набивного мяча вперед снизу, от груди, через голову назад
	7.Забрасывание мяча в корзину	1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. 2. Закрепить умение подбрасывать и мягко ловить мяч с хлопком.	- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо - Подбрасывание мяча с хлопками в движении - Прыжки на мячах - Забрасывание мяча в ворота - П/и «Ловкий стрелок»
	8.Перебрасывание мяча	1. Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами. 2. Развивать силу броска, точность движений, глазомер.	- Перебрасывание мяча через сетку в парах - Перебрасывание мяча одной рукой через сетку, ловля 2 руками - П/и «Мельница»
Февраль	1.Перебрасывание мяча	1. Учить управлять своими движениями в разных игровых ситуациях. 2. Развивать чувство ритма, точности.	- Перебрасывание мяча в парах с отскоком от земли - Перебрасывание мяча из одной руки в другую - Перебрасывание мяча друг другу одной рукой, ловля двумя руками - П/и «Ловишка с мячом»
	2.Броски мяча	1. Упражнять в быстрой смене движений. 2. Закреплять умение работать в парах. Развивать внимание.	-Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза - Перебрасывание мяча через сетку в парах - Передача мяча друг другу парами с помощью ног - П/и «Вышибалы»
	3.Отбивание мяча	1.Учить отбивать мяч одной рукой на месте. 2. Учить останавливать мяч ногой. 3. Упражнять в быстрой смене движений. 4. Развивать ловкость	- Отбивание мяча правой и левой рукой на месте - Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза - Остановка мяча ногой - П/и «Пяташки на улиточках»
	4.Отбивание мяча	1.Учить отбивать мяч в движении. 2. Развивать глазомер, ловкость при броске мяча в корзину	- Отбивание мяча правой и левой рукой в движении (5 – 6 м.) - Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо - Забрасывание мяча в ворота - П/и «Лови – не лови»

	5.Отбивание мяча	1. Учить отбивать мяч правой, левой рукой, в движении. 2.Развивать глазомер, ловкость при броске мяча в корзину.	- Отбивание мяча об землю поочередно одной и другой рукой несколько раз подряд. - Отбивание мяча об землю двумя руками, продвигаясь бегом на расстоянии 6 – 8 м. - Отбивание мяча об землю одной рукой, продвигаясь вперед в прямом направлении. 4. Отбивание мяча об землю, продвигаясь по кругу. - Отбивание мяча об пол, двигаясь «змейкой».
	6.Отбивание мяча	1.Учить отбивать мяч в движении. 2. Развивать глазомер, ловкость при броске мяча в корзину.	- Отбивание мяча правой и левой рукой в движении (5 – 6 м.) - Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо - Забрасывание мяча в ворота - П/и «Лови – не лови»
	7.Забрасывание мяча	1. Продолжать учить принимать правильное и.п. при метании в вертикальную цель. 2. Учить забрасывать мяч в ворота.	- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3-х шагов) - Метание мяча в вертикальную цель (с 3 – 4 м.) - Броски мяча в цель (ворота) с помощью ног - П/и «Гонка мячей по шеренгам»
	8.Броски мяча	1. Учить определять направление и скорость мяча. 2. Отрабатывать навык отбивания мяча змейкой. 3. Развивать быстроту, выносливость.	- Бросок мяча об стену и ловля его 2 раза (с хлопком) - Отбивание мяча одной рукой змейкой - Броски мяча вверх, ловля мяча сидя - П/и «Не урони мяч»
Март	1.Перебрасывание мяча	1. Учить правильно, ловить и бросать мяч, регулировать силу броска. 2. Учить передавать мяч ногами друг другу. 3. Развивать координацию движений, глазомер, внимание.	- Перебрасывании мяча через одной рукой, ловля двумя руками (в парах) - Перебрасывание мяча с одной руки в другую - Передача мяча друг другу ногами - П/и «Охотники и куропатки»
	2.Отбивание мяча	1. Учить правильно, ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. Отрабатывать навык ведения мяча в ходе до обозначенного места. 3. Учить останавливать мяч ногой. 4. Развивать ловкость, мышление	- Отбивание мяча правой, левой рукой в движении - Перебрасывание мяча друг другу в парах из разных и.п. - Броски мяча вверх, дотронуться носков ног, поймать мяч - Остановка мяча ногой - П/и «Мельница»
	3.Забрасывание мяча	1.Забрасывать мяч в кольцо с трех шагов. 2. Продолжать учить принимать правильное и.п. при метании в вертикальную цель. 3. Забрасывать мяч в ворота.	- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3-х шагов) - Метание мяча в вертикальную цель (с 3 – 4 м.) - Броски мяча в цель (ворота) с помощью ног - П/и «Гонка мячей по шеренгам»

	4.Броски мяча	1. Продолжать учить определять направление и скорость мяча. 2. Отрабатывать навык отбивания мяча змейкой. 3. Развивать быстроту, выносливость.	- Бросок мяча об стену и ловля его 2 раза (с хлопком) - Отбивание мяча одной рукой змейкой - Броски мяча вверх, ловля мяча сидя - П/и «Не урони мяч»
	5.Отбивание мяча	1. Продолжать учить правильно, ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. Отрабатывать навык ведения мяча в ходе до обозначенного места. 3. Учить останавливать мяч ногой. 4. Развивать ловкость, мышление.	-Отбивание мяча правой, левой рукой в движении - Перебрасывание мяча друг другу в парах из разных и.п. - Броски мяча вверх, дотронуться носков ног, поймать мяч - Остановка мяча ногой - П/и «Мельница»
Март	6.Броски мяча	1.Продолжать учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками не менее 15 раз подряд. 2. Закреплять умение самостоятельно принимать и.п. при прокатывании мяча. Воспитывать Самостоятельность.	- Броски мяча вверх и ловля его на месте не 15 раз подряд. - Прокатывания мяча одной рукой и двумя руками из разных и.п. между предметами (ширина 90-40см., длина 3-4м.) - Прокатывание мяча ногами по прямой - П/и «Ловкий стрелок»
	7. Перебрасывание мяча	1. Продолжать учить правильно, ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. Упражнять в произвольном действии с мячами. 3. Развивать координацию	- Перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу - Сидя бросить мяч, вскочить на ноги и поймать мяч - П/и «Лови – не лови»
	8.ПЕРЕБРАСЫВАНИЕ мяча через сетку	1. Отрабатывать умение быстро и точно передавать мяч через сетку. 2. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча. 3. Отрабатывать умение передачи мяча друг другу.	- Перебрасывание мяча через сетку 2 раза из – за головы - Передача мяча друг другу ногой - П/и «Мяч в воздухе»
Апрель	1.Отбивание мяча	1. Совершенствовать навыки ведения мяча. 2. Продолжать учить регулировать силу отталкивания мяча.	- Отбивание мяча правой, левой рукой в движении - Прокатывание в ворота набивного мяча друг другу - П/и «Салки с мячом»
	2.ПЕРЕБРАСЫВАНИЕ мяча через сетку	1.Отрабатывать умение быстро и точно передавать мяч через сетку. 2.Продолжать учить гасить скорость летящего мяча. 3.Отрабатывать умение передачи мяча друг другу.	- Перебрасывание мяча через сетку 2 раза из – за головы - Передача мяча друг другу ногой - П/и «Мяч в воздухе»
	3.ПЕРЕБРАСЫВАНИЕ мяча	1.Продолжать учить правильно, ловить мяч, удерживать кистями рук. 2.Упражнять в произвольном действии с мячами. 3.Развивать координацию.	- Перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу - Сидя бросить мяч, вскочить на ноги и поймать мяч - П./и «Лови – не лови»
	4.Забрасывание мяча	1.Забрасывать мяч в кольцо с трех шагов. 2.Продолжать учить принимать правильное и.п. при метании в вертикальную цель.	- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо (с 3-х шагов) - Метание мяча в вертикальную цель (с 3 – 4 м.) - Броски мяча в цель (ворота) с помощью ног

		3.Забрасывать мяч в ворота.	- П/и «Гонка мячей по шеренгам»
	5.Перебрасывание мяча	1. Продолжать учить правильно, ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. Упражнять в произвольном действии с мячами. 3. Развивать координацию	-Перебрасывание мяча стоя и сидя спиной друг к другу - Сидя бросить мяч, вскочить на ноги и поймать мяч - П/и «Лови – не лови»
	6. Перебрасывание мяча	1. Продолжать учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук. 2. Развивать равновесие, координацию движений	- Перебрасывание мяча друг другу в парах - П/и «Вышибалы»
	7.Забрасывание мяча в корзину	1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. 2. Закреплять умение занимать правильное и.п. при метании на дальность.	- Забрасывание мяча в баскетбольную корзину (с 3 шагов) - Метание набивного мяча на дальность - Перебрасывание набивного мяча друг другу - П/и «Вышибалы»
	8.Броски мяча	1. Учить отбивать мяч ладонями в движении 2. Упражнять ведению мяча в ходьбе 3. Упражнять в перебрасывании мяча ногой друг другу в движении. 4.Развивать глазомер, ловкость, чувство ритма.	- Броски мяча о стену, ладонью отбить обратно, затем поймать - Ведение мяча, продвигаясь шагом - Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля 2 руками одновременно - П/и «Ловишка с мячом»
Май	1. Забрасывание мяча в корзину	1. Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча в корзину. 2. Закреплять умение занимать правильное и.п. при метании на дальность.	- Забрасывание мяча в баскетбольную корзину (с 3 шагов) - Метание набивного мяча на дальность - Перебрасывание набивного мяча друг другу - П/и «Вышибалы»
	2.Отбивание мяча	1. Отбивать мяч одной рукой на месте. 2. Закреплять умение останавливать мяч ногой. 3. Упражнять в быстрой смене движений. 4. Развивать ловкость	- Отбивание мяча правой и левой рукой на месте - Бросок мяча об стенку и ловля его 2 раза - Остановка мяча ногой - П/и «Пятнашки на улиточках»
	3-4 Диагностика	1. Выявить уровень физической подготовленности детей.	- Ведение мяча в движении – 10м. не теряя мяча (дети передвигаются на слегка согнутых ногах, наклоняя тело несколько вперед, рука ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху и от себя, равномерно) - Ведение мяча ногой в движении – 10м. не теряя мяча (согласованно с передвижением) - Броски мяча в корзину 2-мя руками из – за головы (с расстояния 3м., высота – 2м.) - Подбрасывать и ловить мяч двумя руками на месте - Броски мяча об пол и ловля двумя руками в движении - Броски на меткость мяча в ворота (3 из 10)

	5-6. Итоговые		Развлечение «Разноцветный быстрый мяч» Спортивное развлечение с участием родителей «Веселые старты»
--	---------------	--	--

2.3 Прогнозируемые результаты

К концу года дети должны научиться:

- * действовать по сигналу воспитателя, быстро реагировать на сигнал;
- * играть с мячом, не мешая другим;
- * согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);
- * бросать и ловить мяч:
 - двумя руками снизу вверх;
 - двумя руками снизу вверх с хлопком впереди, за спиной;
 - передача в парах двумя руками снизу;
 - передача в парах двумя руками из-за головы;
 - передача друг другу в разных направлениях стоя, сидя;
 - передача в парах двумя руками от груди;
 - передача мяча через сетку;
 - передача мяча друг другу с помощью ног;
 - выбрасывание мяча ногой вперед.
- * метать мяч:
 - с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками снизу;
 - в вертикальную цель с 3-4 м;
 - в баскетбольный щит с места;
 - в баскетбольный щит с ведением;
 - метать набивной мяч;
 - с расстояния 2-2,5 м. в цель (ворота)
- * отбивать мяч:
 - на месте правой, левой рукой;
 - на месте правой с передачей из правой руки в левую;
 - правой, левой рукой с продвижением вперёд, змейкой;
 - ловить мяч ногой.

2.4 Методическое обеспечение

Методические рекомендации по структуре занятий:

Вводная часть: (5-7 мин.) Увлекательная разминка.

Различные виды ходьбы и бега, подскоков, прыжков, корригирующие упражнения, упражнения – отгадки на загадки.

Основная часть (16-18 мин.) включает:

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

Заключительная часть (2-5 мин.) включает: м/п игра, ходьба, релаксация., офтальмологические паузы,

(Занятия проводятся в спортивном зале, в теплое время года - на спортивной площадке)

Увлекательная разминка

В увлекательной разминке детям предлагается: разновидности ходьбы и бега, ходьба на четвереньках, прыжки. Выполнение увлекательной разминки под музыкальное сопровождение, загадки, где отгадками служат забавные подражательные упражнения, оригинальные игровые приемы способствуют повышению интереса детей к занятиям, помогает лучше усвоить упражнения.

Общеразвивающие упражнения

На занятиях используются общеразвивающие упражнения, которые развивают двигательные, психофизические качества ребенка, подготавливают его к овладению сложными действиями, развивают силу мышц, быстроту мышечных сокращений, подвижность суставов, формируют правильную осанку. Общеразвивающие упражнения в предлагаемой системе выполняются с предметами и без предметов, в парах. Каждый комплекс общеразвивающих упражнений проводится в течение двух недель. Комплексы с мячом проводятся каждый месяц. Это способствует лучшему усвоению навыков владения мячом.

Релаксации и малоподвижные игры

Релаксация и малоподвижные игры проводятся под тихую спокойную музыку.

Методика обучения катанию, бросанию и ловле, метанию.

Катание— полезное упражнение, помогающее овладеть мячом, тренирующее мышцы пальцев и кисти, приучающее правильно оценивать направление движения мяча и необходимые при этом мышечные усилия. Для успешного прокатывания следует направлять мяч вперед, стараясь, чтобы он не уклонялся в сторону, толчок должен быть сильным и уверенным. В старшей группе дети катают утяжеленный набивной мяч весом до 1 кг. Толчок должен выполняться пальцами выпрямленных рук, как бы сопровождая ими движение мяча.

Бросание и ловля — более сложные движения, требующие глазомера. При ловле мяча важно правильно оценить направление его полета, а при броске сочетать необходимое направление с силой броска. Полезно подбрасывание мяча вверх. Оно связано с активным выпрямлением, как бы потягиванием за брошенным предметом, и это упражнение, помимо укрепления мышц плечевого пояса, содействует хорошей осанке. При овладении действиями с мячом большое место занимают индивидуальные упражнения, самостоятельные попытки детей играть с мячом: бросать его в любом направлении, использовать усвоенный способ броска - снизу, сбоку, от плеча. Бросок

о землю должен выполняться вертикально вниз с соблюдением точности направления и определенной силы толчка. При слабом ударе приходится наклоняться вниз, чтобы поймать мяч, а при излишне сильном ударе мяч высоко взлетает и его трудно поймать. Успех в данном упражнении во многом зависит от состояния поверхности, поэтому бросание мяча вниз воспитатель организует на плотной, ровной площадке.

Мяч, брошенный вверх или отскочивший от пола, ловят двумя руками одновременным хватом с двух сторон или снизу, подставляя ладони под взлетевший мяч. Пальцы слегка согнуты, образуя как бы чашу. Мяч, брошенный сверстником, надо ловить, не прижимая к груди, стараясь встречать при ловле пальцами, руки выпрямлять по направлению к летящему мячу, а поймав, согнуть их и подтянуть мяч к груди. Старшие дети ловко и непринужденно бросают и ловят мяч. Поэтому они могут находиться в разных положениях - сидя, стоя, парами, по кругу, передвигаясь. Удастся старшим и сочетание разных движений с игрой в мяч, например, подбрасывать и ловить мяч, приседая, подпрыгивая, чередовать бросание и ловлю с бегом.

Воспитатель должен научить старших дошкольников ведению мяча. К разучиванию этого движения надо приступать после того, как дети овладеют навыком отталкивать мяч, стоя на месте мягкими, плавными движениями кисти. При ведении мяча ребенок продвигается вперед шагом, а затем и бегом, немного наклонившись по ходу движения. Мяч отбивают так, чтобы он отскакивал на уровне или несколько выше пояса.

Метание в цель (горизонтальную и вертикальную) выполняется мячами резиновыми или теннисными, мешочками с песком, шишками, снежками. Горизонтальной целью может служить ящик, пенек, корзина, вертикальной - щит с нарисованным кругом, обруч, большой мяч, дерево и т.п. в зависимости от характера цели, веса и величины метаемого снаряда выбирается способ метания. Большой мяч в корзину или лежащий на земле обруч бросают двумя руками снизу, маленький мяч или шишку — одной рукой. В вертикально расположенную цель чаще бросают небольшой снаряд одной рукой. В метании надо обращать внимание на чередование бросков правой или левой рукой - это важно для гармоничного развития обеих рук, для профилактики появления нарушения осанки.

Метание вдаль не требует такой точности, глазомера, как метание в цель. Движения детей здесь более свободные, размашистые, энергичные. Часто, бросок, хотя и резкий, направляется вниз, и предмет падает близко от ребенка (в пределах 0,5,- Дм), детей надо обучить правильному метанию вперед-вверх. По такой траектории мяч улетит далеко. Без зрительного ориентира дети с трудом понимают, как это выполнить. Поэтому инструктор предлагает перебросить мяч через куст, ветку дерева или подвешивает веревку несколько выше поднятой руки ребенка. Дети располагаются на расстоянии 2 - 3 м. сам инструктор должен правильно показать детям движение с соблюдением всех основных требований техники или для показа подготовить ребенка, умеющего хорошо метать. Метание вдаль выполняется разными способами: от плеча, из-за спины через плечо с предварительным замахом, снизу, сверху, сбоку. Вдаль метают мячи, мешочки с песком, шишки, снежки. Вырезанные из картона круги метают способом сбоку, напоминающим метание диска. Мячи должны быть разнообразными: маленькие резиновые или теннисные диаметром 5-6 см. Для некоторых упражнений и игр используются надувные мячи, старшим детям необходимы волейбольные и набивные мячи весом до 1 кг. Мячи должны хорошо отскакивать.

Процесс обучения упражнениям с мячом можно условно разделить на следующие этапы:

- первоначальное обучение;
- углубленное разучивание;
- закрепление и совершенствование движений.

На каждом из них ставятся определенные задачи, которые осуществляются при помощи соответствующих средств и методов физического воспитания. Очень важно обеспечить постепенное усложнение условий выполнения действий в зависимости от имеющихся у детей

навыков обращения с мячом. Четкая последовательность и взаимосвязь средств и методов обучения создает оптимальные условия для формирования двигательных действий.

При обучении детей упражнениям с мячом очень важно усвоить следующие главные элементы 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.

Иначе действия передачи, ловли и ведения мяча не могут быть выполнены или будут выполняться неверно. Следовательно, на начальном этапе формирования навыков владения мячом внимание ребенка должно быть направлено на качество выполнения каждого движения, а не на достижение при помощи этого движения определенного результата. Например, обучая ловле - передаче мяча, можно давать такое задание: чья пара (кружок) сделает больше передач, не роняя мяч на землю, не касаясь груди мячом. Такие задания вызывают у детей желание добиться хороших результатов, содействуют поддержанию интереса. Они отвечают целям и задачам обучения и воспитания, доступны и понятны, интересны и эмоциональны, приближают действия к игровой ситуации. Игровая обстановка усиливает заинтересованность, активность детей, благодаря многократной повторяемости повышается эффективность выполняемых движений.

После овладения основными элементами изучаемого действия осуществляется углубленное разучивание. На данном этапе обучения, как подчеркивает М.Ю. Кистяковская, отрабатывается точность выполнения движений с мячом, исправляются имеющиеся ошибки, формируется правильное ощущение навыка в целом. Здесь можно применять упражнения с элементами соревнования, направленные на точность выполнения движения, некоторые подвижные игры. Упражнения с элементами соревнования создают особый динамический и эмоциональный фон, стимулирующий максимальное проявление физических и волевых качеств ребенка, способствующий быстрому и правильному выполнению упражнений с мячом. Особенно важно, что они помогают избежать однообразной работы над техникой действий. Упражнения с элементами соревнования, подчеркивает Э.И. Адашкявичене, необходимо проводить в строгой последовательности с целью обеспечения закрепления правильного навыка. Поэтому в начале обучения соревнование ведется на точность выполнения движений между отдельными детьми, а в дальнейшем между группами. После этого возможно проводить упражнения с элементами соревнования, которые требуют не только точности, но и быстроты выполнения движений. Ко времени проведения упражнений с элементами соревнований дети уже имеют определенные навыки обращения с мячом. Поэтому возможно применение самых простых индивидуальных игр, в которых каждый ребенок действует с мячом независимо от других игроков, а также игр, в которых большинство детей действует с мячом (например, «Кто водящий»). Они способствуют формированию навыков владения мячом в большей мере, чем игры, в которых вся группа играет с одним мячом. Игры такого характера повышают двигательную активность детей, особенно увеличивают количество действий с мячом.

Основная задача этапа закрепления и совершенствования действий с мячом заключается в создании устойчивых достаточно автоматизированных и вместе с тем гибких навыков.

Закрепление и совершенствование действий с мячом осуществляются в основном в подвижных играх, включающих эти действия. Соблюдая постепенное усложнение обучения, на данном его этапе проводят игры, в которых игровое действие разворачивается между несколькими группами (например, «Мяч водящему», «Займи свободный кружок»). В дальнейшем дети уже в состоянии играть в более сложные игры, в которых ведется счет между двумя командами («Мяч капитану», «Мяч ловцу»).

Как отмечает Э.Я. Степаненкова, постепенное усложнение упражнений с мячом, создание новых, разнообразных условий действий с ним обеспечивают быстрое формирование широкого диапазона навыков владения мячом. Правильный, четкий показ действий с мячом,

сопровожаемый кратким, доступным ребенку пояснением, способствует созданию правильных и точных представлений о движениях, вызывает желание выполнять их.

На разных этапах обучения соотношение приемов показа и пояснения изменяется. Например, на начальном этапе формирования передачи мяча, когда складываются общие представления о действиях с мячом, ведущую роль играет показ, который обязательно должен быть подкреплён объяснениями. Поэтому в начале обучения передаче мяча целесообразно многократно демонстрировать ее на возможно более высоком уровне. Это создает у детей общее представление об изучаемом действии с мячом.

Таким образом, обучение дошкольников упражнениям и действиям с мячом включает этап первоначального обучения, углубленного разучивания и закрепления и совершенствования движений.

- Обучение следует начинать в специально созданных условиях, а закреплять в подвижных играх.
- При обучении очень важно, чтобы дети усвоили главные элементы двигательных действий.
- Если упражнения с мячом подбираются и проводятся с учетом возможностей каждого ребенка, они способствуют не только более быстрому формированию навыков владения мячом, но также и общему развитию всех детей, как менее подготовленных, так и более сильных.

III раздел ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

3.1 График, формы, режим занятий

Возраст детей: программа составлена для детей старшего дошкольного возраста.

Сроки реализации программы: 1 года (старшая группа).

Формы работы с детьми и режим занятий:

1. Теоретические занятия: знакомство детей с историей возникновения мяча, правила командной игры.

2. Практические занятия: обучение детей техническим навыкам владения мячом.

3. Занятия проводятся в зале и на спортивной площадке

4. Длительность занятий составляет 25 мин., с периодичностью проведения 2 раза в неделю. Занятия проводятся с октября по май. Всего в год 64 занятий.

5. Состав группы- 6 человек.

6. Формы проведения занятий

- групповая совместная деятельность.

7. Варианты проведения занятий:

- совместные упражнения с мячами;

- совместная деятельность, состоящая из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности; соревнований.

-совместная деятельность в виде тренировки;

-совместная деятельность, состоящая из соревнований, эстафет;

Варианты проведения совместной деятельности интегрируются.

8. Способы организации детей:

фронтальный, поточный, сменный, групповой, подгрупповой и индивидуальный.

9. Методы, используемые на занятиях:

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

наглядные (показ, имитация, звуковые и зрительные ориентиры, использование наглядных пособий, исполнение упражнений инструктором или детьми);

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

репродуктивные методы (воспроизведение знакомых детям игр, упражнений в практической деятельности или в соревнованиях)

3.2 Материально - техническое обеспечение.

Для полноценных занятий и проведения мероприятий необходимы:

Спортивный зал с хорошим освещением, и необходимым для занятий инвентарём. На окнах - сетки, лампы защищены, просторный, хорошо проветриваемый, свободной серединой и спортивными пособиями и инвентарём, используемыми по прямому назначению.

Спортивный инвентарь:

1. Мячи:

- резиновые (малые, средние, большие) (по 12 шт.);
- малые пластмассовые (12 шт.);
- массажные резиновые (12 шт.)
- баскетбольные (3 шт.)
- волейбольные (2 шт.)
- футбольные (2шт.)

2. Мелкие предметы для развития кисти руки:

- пластмассовые массажные мячики
- мячики для большого тенниса

3. Баскетбольные корзины (2 шт.)

4. Напольные корзины (4 шт.)

5. Шнур для натягивания (2шт.)

6. Обручи (10 шт.)

7. Кубики (20 шт.)

8. Кегли (20 шт.)

9. Гимнастические скамейки (4 шт.)

10. Мишени (2 шт.)

11.Свисток (2 шт.)

Технические средства обучения:

- магнитофон;
- флеш карта (музыка для ходьбы, бега, ритмической гимнастики, релаксации);
- флеш-карта (презентации, видеоролики, мультфильмы).

3.3 Взаимодействие с родителями:

Достичь высокого физического развития детей, возможно, только при взаимодействии детского сада и семьи. Родители должны быть уверены в том, что дошкольное учреждение всегда поможет им в решении педагогических проблем. Педагоги поддерживают контакт с семьей, знают особенности, привычки своего воспитанника и учитывают их при работе, что ведет к повышению эффективности педагогического процесса.

Формы взаимодействия с родителями осуществляются по следующим направлениям:

Дать знания родителям о том, что должны уметь дети в работе с мячом по программе.

Совместная деятельность детей и родителей эмоции от игр с мячом.

Организация фотовыставки «Школа мяча».

Наглядная информация для родителей:

- Папка «Мой весёлый звонкий мяч...» (содержит историю мяча, данные о современных мячах, рекомендации родителям по выбору мячей для детей, значение мяча для ребёнка, картотеку русских народных игр с мячом, упражнения с мячом и т. д.)
- Папка «Играем дома» (содержит творческие подвижные игры для дома, улицы, с мячом и т. д.)
- Папка «Физкультура - это здорово» (содержит подвижные игры для всей семьи, подвижные игры разных народов, игры для всей семьи и т. д.)
- Пополнение картотек « Игры на улице».

VI Раздел

4.1 Система контроля и оценивания результатов

Метод диагностики: тестовые задания на выявление уровня владения мячом. Критерии оценки выполнения:

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; 0 баллов – отказ от выполнения движения.

Диагностика по определению уровня усвоения программы.

№	Ф. И. ребёнка	ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ																		сумма баллов, уровень	
		бросание				отбивание				метание						забрасывание					
		вверх и ловля двумя руками		в парах		двумя руками, стоя на месте		одной рукой с продви- жением вперёд		в горизонт. цель с R 5 м.		в верт. цель с R 4 м.		вдаль, не менее 6 м.		в корзину, стоящую на полу		в баскет- большую корзину			
		с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м	с	м		

Высокий уровень – от 22 до 27 баллов.

Средний уровень – от 13 до 21 балла.

Низкий уровень – от 0 до 12 баллов.

4.2. Методическое обеспечение программы

Литература

1. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников: Из опыта работы.- М.:Просвещение,2008.-79 с.
2. Аксенова И.А. Методика обучения и овладения элементом игры в футбол с детьми дошкольного возраста.- М.: Сфера, 2009г.
3. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. –М., 2007г(переиздана).
- 4 .Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического развития детей 5-7 лет. – М.: АРКТИ, 2008 . – 144 с.
5. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ методическое пособие. - М.: Сфера, 2008.
6. Змановский Ю.Ф. Программа «Здоровый дошкольник», - М., 2008г.
7. Николаева Н.И. Школа мяча методическое пособие , - С-П « Детство- Пресс»., 2012-. 95с.
8. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7лет/Л.И.Пензулаева. – Москва; Владос, 2001
9. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр 2-7 лет.- М., 2011г.

Беседа. Знакомство с историей возникновения мяча.

Мяч — одна из самых древних и любимых игрушек всех стран и народов. В Древней Греции, Риме и Египте мяч не только любили, но и уважали. Например, в Древней Греции он считался самым совершенным предметом, так как был похож на солнце, а значит (по мнению греков) обладал его волшебной силой. Греки шили мячи из кожи и набивали каким-нибудь упругим материалом, например, мхом или перьями птиц. А позже догадались надувать кожаный мяч воздухом. Такой мяч назывался «фоллис». Небольшие фоллисы использовали для ручных игр, а мячами больших размеров играли в игры типа футбола.

Античные забавы с мячом были не просто играми, они часто связывались с религиозными обрядами. В египетском «футболе» каждая из двух команд играла на стороне своих богов. И победы одерживали не ради собственной славы, а во имя богов. Мяч у них был из дерева, а загоняли его в ворота изогнутыми палками. Были в Египте также мячи из кожи и коры деревьев. А мяч из хрупкого песчаника можно было только осторожно перебрасывать друг другу — от удара о землю он мог разбиться.

Римляне наполняли кожаные мячи зернами плодов инжира. Были у них и стеклянные мячи для одиночных игр.

У североамериканских индейцев мяч был не игрушкой, а священным предметом, олицетворяющим Солнце, Луну и Землю.

У эскимосов игра в мяч тоже была обрядовым действием, которое совершалось во время празднества, знаменующего победу над зловредным мифическим существом по имени Седна.

В разных странах для изготовления мячей использовали различные материалы: мячи шили из шкур животных, плели из тростника, скручивали из тряпок, вырезали из дерева. Мяч из резины «прискакал» в Европу из Центральной Америки. Местные индейцы делали его из смолы, которую добывали из разрезов коры деревьев и называли «каучу» (от слов «каа» — дерево и «о-чу» — «плакать»). Нам эта смола известна под названием «каучук». Каучуковый мяч попался на глаза путешественнику Христофору Колумбу. Знаменитый мореплаватель удивился, увидев, что большой и тяжелый мяч так высоко подскакивает при ударе о землю. Матросы Колумба привезли мяч в Испанию, и упругий колобок быстро раскатился по всему цивилизованному миру.

Между прочим, игра американских индейцев с каучуковым мячом была на самом деле ритуальным действием. Причем далеко не безобидным. Игра заканчивалась жертвоприношением, а в жертву приносили капитана проигравшей команды.

До сегодняшнего дня в некоторых странах, наряду с современными резиновыми, кожаными, надувными мячами, сохранились мячи, изготовленные «по старинному рецепту». В Японии, например; есть: любимая игрушка — маленький пестрый мячик «тэмари». Дети играют ими с наступлением весны, приветствуя первые солнечные деньки — память о том, что когда-то мяч был символом солнца. Мячик «тэмари» выточен из дерева и оплетен разноцветными шелковыми нитями, образующими красивые узоры.

В России мячи были разные. В раскопках под Новгородом нашли мячи разных размеров, сшитые из кожи. Ими играли дети в XIII веке. Крестьянские дети прошлого века играли легкими мячиками из бересты или тяжелыми мячами, туго свернутыми из тряпок. Сохранились даже сведения об одной из игр: ставили в ряд куриные яйца и выбивали их мячом. В подмосковном Хотьковском девичьем монастыре шили мячики из мягких подушечек, а внутрь вкладывали камушки, завернутые в бересту, — получался одновременно мячик и погремушка. Кстати, происхождение слова «мяч» связано со словами «мягкий, мякоть, мякиш». То есть мяч — это мягкий шар.

Современные мячи различаются по размерам и назначению. Разные мячи применяются для игры в волейбол, баскетбол, футбол, теннис, водное поло, регби и другие игры. У каждой из них — своя история.

Беседа. Какие бывают мячи?

- Ребята, послушайте, пожалуйста, названия игр: *футбол, волейбол, гандбол, баскетбол, мотобол*. Что общего в этих названиях? (Ответы детей.) - А вы знаете, что обозначает слово «бол»? Правильно, мяч. Мяч тоже имеет свою историю.

Древние греки в разных играх использовали мячи из кусочков кожи, набитые пухом и шерстью. Другие народы Европы и Азии играли мячами, сделанными из дерева. Свыше 2500 лет назад американские индейцы играли с мячами из «слез плачущего дерева» - каучуковой смолы. Эти каучуковые мячи считаются «предками» наших резиновых мячей. В баскетболе долгое время использовали мячи из кожи, пока мячи из резины и синтетического материала окончательно не завоевали мир.

Сколько радости принесёт вам мяч! Если вы хотите, чтобы он вас слушался, играйте ним чаще, бросайте, ведите, передавайте его.

Можно играть разными мячами: и маленькими резиновыми, и мини -баскетбольными. Они такие же, как у настоящих баскетболистов, только чуть-чуть поменьше и полегче.

Давайте, выполним упражнение и посмотрим, умеем ли мы дружить с мячами. (Отбивание мяча, стоя на месте, от стены; броски мяча друг другу с отскоком от пола и т.д.)

Подвижные игры с мячом

Для развития организма ребенка-дошкольника и его разнообразной двигательной деятельности большую важность представляют основные движения. Особое место среди них занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами разного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кисти, увеличивают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Игры с мячом пользуются у детей неизменной популярностью, и это неудивительно. Мяч (большой или маленький) требует проворных рук и повышенного внимания. Для детей мяч, этот круглый, легкий, упругий и привлекательный снаряд, нередко символизирует приобщение к спортивным играм - волейболу, баскетболу, футболу.

«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.

Горелки с мячом.

Играющие размещаются так же, как и при игре в обыкновенные горелки, т.е. парами. В пяти шагах впереди от «горельщика» кладут на землю мяч. Как только последняя пара пробежит по сторонам колонны, составленной из пар, «горельщик» сейчас же хватается мяч и «салит» им одного из бегущих. «Осаленный» делается «горельщиком». Мяч снова кладут на место.

Ловишки с мячом.

Дети стоят по кругу, передают мяч из рук в руки, произнося: «Раз, два, три – мяч скорее бери! Четыре, пять, шесть – вот он, вот он здесь! Семь, восемь, девять – бросай, кто умеет». Последний, к кому попал мяч, говорит: «Я!», выходит в середину и бросает мяч, стараясь осалить разбегающихся детей. Тот, кого запяtnает мяч, пропускает игру. Целиться нужно в ноги.

Зайчики.

Водящий с мячом располагается в центре круга. Пока водящий ударяет мячом об пол, зайчата прыгают, резвятся, имитируя бодрое и веселое настроение. Как только водящий поднимает мяч над головой, играющие быстро приседают и принимают позу спящих. Водящий внимательно следит за спящими. Тот, кто не сохранит позы спящего, выходит в центр круга и становится водящим.

Наоборот.

Дети встают в круг. В центре - ведущий с мячом в руках, Показывая движения или действия с мячом, он бросает его одному из игроков со словами: «Сделай наоборот!». Игрок, получивший мяч, должен выполнить противоположное движение и вернуть мяч ведущему (например, при подбросе ведущим мяча вверх - ударить об пол, при переброске из руки в руку - покатыть по полу, при приседании с мячом - подпрыгнуть). В конце игры отмечают дети, правильно выполнившие противоположные действия.

«Охотники и куропатки»

Играющие делятся на две команды охотников и куропаток. Утки становятся в середину круга, а охотники располагаются снаружи круга. Охотники перебрасывают мяч и стараются осалить им куропаток. Когда треть куропаток поймана, игра останавливается и дети меняются ролями.

Поймай мяч

В игре трое играющих. Двое становятся на расстоянии не менее 3м друг от друга и перебрасывают мяч. Третий находится между ними и старается поймать мяч, пролетающий начинается передача мяча назад двумя руками над головой (за головой) стоящим сзади. Как только игрок, стоящий последним в колонне, получит мяч, он быстро бежит, становится впереди колонны и снова передаёт мяч. Побеждает та команда, дети которой быстро выполнили упражнения и ни разу не уронили мяч

Ловишка с мячом

На земле чертят круг (диаметр 2м). Ловишка - в центре круга с мячом. После слов: «Раз, два, три - лови!» - дети бегут, а ловишка «осаливает» мячом убегающих детей.

Меткий стрелок.

Выбранный по считалке водящий встает в центр круга с мячом в руках. Он бросает мяч игроку, стоящему в круге, называя его имя. Тот, кого назвали, ловит мяч и перебрасывает его обратно.

Неожиданно водящий подбрасывает мяч вверх. Подброшенный мяч - сигнал к тому, что дети должны разбежаться в заранее обозначенные кружки-домики, расположенные в 2-3 м от основного круга. Водящий, не выходя из круга, должен попасть в одного из игроков, находящегося в таком кружке-домике.

Игроки, стоящие в кружках, подпрыгивают, увертываются от мяча.

Игрок, стоящий в кружке и поймавший мяч, становится водящим.

Разноцветный мячик.

Дети хором читают стихи В.Сусловой:

Разноцветный мячик
По дорожке скачет
По дорожке, по тропинке,
От березки до осинки,
От осинки - поворот,
Прямо к (Ване) в огород.

Играющие, стоя по кругу, передают или перебрасывают друг другу мяч. Получивший мяч на слово «поворот» ударяет мячом об пол в ритм тексту последней строки, в которую вставляется имя держащего мяч, после чего все разбегаются, а игрок с мячом старается осалить, как можно больше ребят. Осаленные выбывают из игры. Через 1-2 минуты по сигналу взрослого игра прекращается. В конце игры подводятся итоги: кто из водящих осалил больше играющих

Мячик кверху.

(русская народная игра)

Участники игры встают в круг, водящий идет в середину круга и бросает мяч со словами: «Мячик кверху!» Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стойте!» Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Запятнанный становится водящим. Если же он промахнулся, то остается вновь водящим: идет в центр круга, бросает мяч кверху - игра продолжается. Правила игры. Водящий бросает мяч как можно выше. Разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли. Если кто-то из играющих, после слова «Стойте!» - продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего. Играющие, убегая от водящего, не должны прятаться за встречающиеся на пути предметы.

Блуждающий мяч.

Все играющие, кроме водящего, встают в круг на расстоянии вытянутой руки. Они передают друг другу большой мяч. Водящий бегает вне круга, старается дотронуться до мяча рукой. Если это ему удалось, то он идет на место того игрока, в руках которого находится мяч, а играющий выходит за круг. Игра повторяется.

Правила игры. Передавая мяч, играющие не должны сходить с места. Нельзя мяч передавать через одного, можно только рядом стоящему игроку. Водящему запрещается заходить в круг. Мяч можно передавать в любую сторону. Передача мяча начинается с того игрока, за которым стоит водящий перед началом игры. Играющий, уронивший мяч, становится водящим.

Играй, играй мяч не теряй.

Дети произвольно располагаются на площадке. Каждый играет с мячом, выполняя действия по своему выбору. После сигнала все быстро поднимают мячи вверх. Опоздавшие получают штрафное очко: Игра повторяется несколько раз. Выигрывает тот, кто не имеет штрафных очков.

Перед началом игры напомнить детям движения с мячом, которые они могут выполнять. Например, бросать мяч вверх, вниз, в корзину, перебрасывать мяч друг другу, отбивать мяч на месте правой (левой) рукой и т.д.

Мяч по кругу.

Дети делятся на несколько групп, расстояние между которыми 1,5 - 2 м. Каждая группа становится в круг: Дети бросают мяч друг другу, никого не пропуская. Выигрывает группа, в которой мяч меньше падал на пол.

Будь внимателен.

Дети становятся в круг, водящий (взрослый) - в центре. Водящий бросает мяч игрокам (выборочно). Тот, кто не смог поймать мяч, получает штрафное очко. Перед началом игры детям напоминают, как надо принимать мяч,

Брось дальше.

Дети (3-4) становятся у линии, начерченной на земле, и бросают мяч вперед. Воспитатель отметит, кто бросил дальше всех. Большой мяч дети бросают двумя руками из-за головы, маленький - сначала правой, а затем левой рукой.

Десять передач.

Дети становятся парами, расстояние между игроками 1,5-2 м. У каждой пары — по мячу. По сигналу дети передают мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить на землю. Побеждает пара, быстрее всех сделавшая десять передач (без падения мяча), или та, которая дольше удержит мяч.

Вызови по имени.

Дети делятся на 3-4 группы, каждая из них становится вокруг обруч. Один игрок группы встает в обруч, у него в руках мяч. Назвав по имени кого-то из играющих, он бросает мяч высоко вверх. Ребенок, чье имя назвали, должен успеть поймать мяч. После этого он меняется с водящим местами. Игра продолжается. (Перед игрой надо обратить внимание детей на то, что сначала произносят имя и лишь, затем бросают мяч).

Сделай фигуру.

Дети свободно располагаются на площадке, у каждого второго - мяч. Воспитатель говорит: «День», все свободно играют с мячом. Воспитатель считает: «Раз, два, три». На последний счет дети подбрасывают мячи вверх и ловят их после отскок от земли или на лету.

Играющие могут стоять по кругу в шеренге и бросать мячи через голову назад, прокатывать в разных направлениях.

Поймай мяч.

Дети делятся по трое. Двое игроков становятся друг против друга на расстоянии 3-4 м и перебрасывают мяч. Третий ребенок встает между ними и старается поймать мяч или хотя бы коснуться рукой. Если это ему удастся, он меняется местами с ребенком, бросившим мяч.

Перед броском дети могут выполнять дополнительные движения, например, вести мяч на месте или в движении, бросать его вверх, вниз и т. д.

У кого меньше мячей.

Дети образуют две равные команды. Каждая из них берет несколько мячей и располагается на своей половине площадки. Площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 130-150 см. После сигнала воспитателя игроки перебрасывают мячи на площадку противника. Выигрывает команда, у которой на площадке после второго свистка находится меньше мячей.

Ловишка в кругу.

Дети становятся в круг, водящий - в центре. Дети перебрасывают мяч друг другу (через круг), водящий старается его поймать. Если водящий поймет мяч, он меняется местами с ребенком, который бросал мяч.

Мяч - водящему.

Дети делятся на 4-5 групп, каждая образует свой круг. В центре круг - водящий с мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч игрокам и получают его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков группы (1-3 раз), водящий поднимет его вверх. Побеждает команда, которая меньше раз уронит мяч или быстрее закончит игру.

Стой!

Дети становятся в круг, водящий с мячом - в центре. Он подбрасывает мяч вверх и называет имя одного из игроков. Ребенок, чье имя прозвучало, бежит за мячом (остальные игроки разбегаются в разные стороны) и как только берет его в руки, дает команду: «Стой!» все играющие останавливаются и замирают. Игрок старается попасть мячом в кого-нибудь из них. Тот, в кого попали, становится водящим, игра продолжается.

Гонка мячей по кругу.

Дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друг. У игроков, оказавшихся на расстоянии вытянутой руки друг от друг. У игроков, оказавшихся в круге напротив друг друга, мячи разного цвета или размера. После сигнала воспитателя все начинают передавать мячи друг другу (в одном направлении), стараясь догнать другой мяч.

За мячом.

Дети образуют несколько команд. Каждая команда делится на две команды, между которыми расстояние 2-3 м. Игрок, стоящий первым в одной из колонн - водящий. После сигнала он передает мяч первому игроку из второй колонны, а сам бежит в конец этой колонны. Ребенок, получивший мяч, также передает его игроку противоположной колонны и занимает место в конце этого ряда. Игра продолжается, пока все игроки вернуться на свои места, а мяч окажется у водящего.

(Чтобы дети правильно поняли, куда они должны встать после передачи мяча, педагог объясняет, что передвигаться нужно за мячом, по тому же направлению).

Охотники и куропатки

У двоих детей (охотники) в руках мячи. Все остальные игроки - куропатки. Одна половина площадки - лес, другая - поле. Охотники стоят в центре. Куропатки свободно бродят в лесу. По сигналу воспитателя «Охотники!» все бегут из лес в поле. Охотники стараются поймать куропатов - попасть мячом. Тот, кого коснулся мяча, должен лечь на том месте, где его «осалили».

Мяч - противнику.

Две группы детей располагаются в противоположных концах площадки. Между ними отмечается зона шириной 5-10 шагов, в центре которой - мяч. У каждого ребенка - по небольшому мячу. По сигналу воспитателя игроки обеих групп поочередно гонят мяч из зоны в сторону противник своими мячами. Выигрывает группа, которая быстрее справилась с заданием.

Успей поймать мяч.

Играющие становятся в 3-4 колонны у черты. Перед каждой колонной на расстоянии 2-2,5 м с мячом в руках встает водящий. По сигналу он бросает мяч игроку, стоящему первым, который, поймав мяч, возвращает его водящему и бежит в конец своей колонны. Второй игрок подходит к чёрте и тоже ловит мяч и т.д. игр продолжается до тех пор, пока первый игрок не займет снов место во главе колонны. Побеждает команда, быстрее закончившая игру. (Если ребенок не поймал мяч, водящий подбирает его и бросает еще раз.)

Ловишка с мячом.

Дети с мячами свободно передвигаются по площадке, один из них - водящий. Его задача, ведя мяч правой рукой, левой коснуться кого-то из игроков. Если ему это удастся, «осаленный» становится водящим. Вначале роль водящего выполняет воспитатель, в дальнейшем - ребенок, хорошо владеющий мячом.

Ведение мяча парами.

Дети делятся по двое, у каждого игрока - мяч. Один ребенок свободно передвигается по площадке, другой - водящий. Его цель - не роняя мяч, коснуться рукой товарища по игре. Когда ему это удастся, игроки меняются местами.

После того как водящий коснулся своего товарища, он должен продвинуться на 5-6 шагов вперед, и только тогда другой игрок может начать его ловить.

Мяч капитану.

Площадка разделена на две части. В игре участвуют две команды. В каждой команде выбирается капитан, который становится в кружок (или обруч), нарисованный у дальнего края чужой площадки. Дети бросают мяч своему капитану, противники стараются перехватить мяч и передать его своему капитану.

Мяч можно вести одной рукой, передавать друг другу, но нельзя бежать с ним в руках.

Шлёпанки.

(русская народная игра)

Играющие встают в круг лицом к центру на расстоянии одного шага один от другого. Выбирается водящий. Водящий выходит в центр круга. Называет по имени одного из детей, бросает мяч о землю так, чтобы он отскочил в нужном направлении. Играющий, чье имя назвал водящий, ловит мяч и отбивает его (шлёпает ладонью). Число отбиваний мяча устанавливается по договоренности, но не более пяти. После отбиваний мяч перебрасывается водящему, и игра продолжается, пока кто-то из играющих не уронит мяч. В этом случае игра начинается сначала. Тот, кто уронил мяч, встает на место водящего.

Отбивать мяч, нужно стоя на одном месте. Играющий встает на место водящего только в том случае, если он поднял мяч с земли.

Меткий стрелок.

(башкирская народная игра).

Проводятся две параллельные линии на расстоянии 10-15м друг от друга. В середине между ними чертится круг диаметром 2м. один игрок-стрелок. Он с мячом в руках стоит в кругу. Остальные игроки начинают пробежку от одной линии к другой. Стрелок старается попасть в них мячом. Тот, в кого попал, становится стрелком.

В начале игры стрелком становится тот, кто после команды «Сесть!» присел последним. Момент броска мяча определяется самим стрелком. Мяч, брошенный мимо, игроки перебрасывают стрелку. Если игрок поймал мяч, брошенный в него, то это не считается попаданием.

Приложение 3

Развлечение «Разноцветный быстрый мяч»

Спортивный зал украшен различными красивыми шарами, на стене рисунки с разными видами мячей.

Инвентарь: мячи, набивные мячи.

Дети заходят в зал под музыку и садятся на скамейки.

Ведущий: Здравствуйте, ребята. Сегодня я хочу поделиться с вами, рассказать историю о том, как появился мяч у нас в России. Мяч придумали очень давно, в древности, встречается он почти у всех народов мира. У нас в России простой народ чаще всего мячи делал из тряпок, тряпками их и набивали. В некоторых местах делали мячи из овечьей шерсти, специально их обрабатывали, и получался такой легкий и мягкий мяч, а своей упругостью не уступал резиновому. Делали мячи еще из лыка - ремешков, сделанных из коры липы, березы или ивы. Внутри они были пустые или набивались песком. Резиновых мячей было мало, а играли с ними лишь дети из богатых семей (показ рисунков мячей). Вот такая история.

(Дети читают стихи).

1-й ребенок.

Мячик новый есть у нас,
Мы играем целый час,
Я бросаю - ты поймай,
А уронишь - поднимай.

До чего ж веселый мячик-

Так и скачет, так и скачет.

Там, где нету потолка,
Он летит под облака.

(Подбрасывают мяч и ловят его).

2-й ребенок.

Все дети исполняют песню «Мяч» М. Красева и выполняют упражнение с мячами.

Ведущий: Давайте поиграем в игру «Мячик кверху».

Подвижная игра «Мячик кверху»

Ведущий: Предлагаю провести соревнование.

Эстафета «Гонка мячей».

Танец с мячами.

Ведущий: Как вы знаете, мячи бывают не только легкие, но и тяжелые, набивные. Называются они так, потому что набиты опилками. Попробуем с ними поиграть, (дети берут набивные мячи).

Игровое упражнение «Ловкая цапля».

(Победит тот ребенок, кто дольше устоит на одной ноге).

Ведущий: Молодцы, справились с заданием. Хочу вас пригласить на новую игру.

Подвижная игра «У кого меньше мячей».

Перебрасывание мячей одной командой через сетку на поле другой. Побеждает та команда, на чьем поле окажется меньше мячей.

Подведение итогов. Награждение сладкими призами

Приложение 4

Спортивное развлечение с участием родителей «Веселые старты» (старший дошкольный возраст).

Задачи: - укрепление здоровья детей;
- совершенствование двигательных умений и навыков;
- предоставить детям и родителям возможность ощутить радость от совместного участия в соревнованиях;
- воспитывать интерес к занятиям физической культурой.

Оборудование: - мяч коррекционный малый - 2 шт.;
- мячи большого диаметра — 20 шт.;
- мяч набивной-2 шт.; корзина - 4 шт.;
- обруч большой - 2 шт.;
- конус - ориентир - 2 шт.

Под звуки марша и аплодисменты болельщиков команды проходят по площадке и выстраиваются в две шеренги.

Ведущая: добрый вечер дорогие ребята и уважаемые взрослые! Сегодня мы собрались в этом зале на необычные соревнования, так как вместе с детьми будут соревноваться мамы и папы.

Реб.: Товарищи, точно известно.
Хотите, верьте, хотите, нет,
Что спорт до сих пор повсеместно
Приносит пользу, а не вред.

Реб.: Родители - такой народ,
На занятость спешат сослаться!
Всем надо спортом заниматься!
А вот чтоб ставить всем рекорды,
И о болезнях забывать,
Над взрослыми в вопросах спорта
Решили дети шефство взять.

Ведущая приглашает из зала родителей, участвующих в соревнованиях представляя их.

Реб.: Празднику спортивному рада вся семья.
Нашим физкультурникам — Ура! Ура! Ура!

Реб.: Спортсмены всегда впереди
Блестят у них медали
И звезды на груди.

Реб.: Те звезды и медали
Они завоевали
Но все спортсмены наши
Вот так же начинали?

Ведущий представляет жюри.

Председатель жюри: Стать чемпионом, все мы знаем,
Задача сложная для всех!
Соревнованье начинаем
И твердо верим в ваш успех!

Приветствие команд.

Эстафета «Прокатись на мяче». Участвуют по три человека (2 взрослых, 1 ребенок). По сигналу ребенок встает на коррекционный (малый) мяч, его поддерживают под локти взрослые.

Ребенок, перебирая ногами (переступая) катит его. Таким образом тройка добирается до ориентира, ребенок берет мяч в руки. Обрато возвращаются бегом. Передают мяч следующей тройке. Побеждает команда первой выполнившая задание.

Эстафета «Гонка мячей». Дети и взрослые строятся в колонну по росту (впереди стоит самый низкий участник, сзади - самый высокий) — на расстоянии одного шага друг от друга. Перед командой стоит корзина с мячами. В конце колонны пустая корзина. По сигналу, первый игрок начинает передавать мячи назад (над головой) следующим за ним игрокам. Последний игрок складывает их в пустую корзину. Когда все мячи будут переданы назад, последний игрок берет корзину с мячами и несет ее к началу колонны. Побеждает команда первой выполнившая задание.

Музыкально-ритмическая композиция с мячами.

Эстафета «Стрекоза и муравей».

Участники соревнований строятся парами (взрослый, ребенок). Первая пара надевает на себя обруч и бежит до ориентира, около которого лежи набивной мяч. Снимают обруч и себя и прокатывают мяч обручем обратно (спиной вперед). Передают обруч следующей паре. Следующая пара прокатывают мяч до ориентира, оставляет там мяч, надевают на себя обруч и бежит обратно. Выигрывает команда первой выполнившая задание.

Эстафета «Попади в цель».

Участники стоят друг за другом в колонне. У каждого в руках по 2 мяча. Напротив колонны на возвышении стоит взрослый с корзиной в руках. Участники по очереди стараются забросить свои мячи в корзину, следя за траекторией полета мяча, направляет корзину в ту сторону, чтобы мяч попал в нее. Но сходить с возвышения нельзя. Выигрывает команда, забросившая больше мячей в свою корзину.

Игра для болельщиков «Летучий мяч».

Играющие встают в круг (если участников игры много в 2 - 3 круга), водящий находится в середине круга. По сигналу дети начинают перебрасывать мяч друг другу через центр круга. Водящий старается задержать мяч, поймать его или коснуться рукой. Если ему это удалось, то он встает в круг, а тот, кем был брошен мяч, становится водящим. Водящий не может коснуться мяча, когда мяч находится в руках игрока.

Эстафета «Кенгуру».

Участники становятся парами (взрослый, ребенок), кладут мячи между коленями, крепко зажимают и прыгают до ориентира, держась за руки. Берут мячи в руки, возвращаются к команде, передают мячи следующей паре. Выигрывает команда первой выполнившая задание.

Подведение итогов. Награждение участников соревнований.