Муниципальноебюджетноедошкольноеобразовательноеучреждение
детский сад №47 «Гусельки»

РАССМОТРЕНА
назаседанииПедагогического совета
от26.03.2025
Протокол№ 4

УТВЕРЖДЕНО
Приказомот26.03.2025
№ДС47-11-106/5
ЗаведующийМБДОУ№47«Гусельки»
О.В. Набатова

Подписано электронной подписью
Сертификат:
7AD427D7DF7D9266CA1EC8D453F86368
Владелец:
Набатова Ольга Владимировна
Действителен: 19.01.2024 с по 13.04.2025

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

физкультурно-спортивнойнаправленности

«Школа мяча»

Возрастобучающихся:5-7лет
Срок реализации программы:9 месяцев
Общееколичествочасов:71 час

Автор-составитель:

Яковлева Сабина Юрьевна,
Педагог дополнительного образования

г.Сургут,2025

АННОТАЦИЯ К ПРОГРАММЕ

Дополнительная (общеразвивающая) программа «Школа мяча», физкультурно-спортивной направленности является модифицированной и составлена на основе программы с изменением и учетом особенности возраста и уровня подготовки детей.

Программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста 5-7 лет. Общее количество часов – 70 часов, срок реализации 9 месяцев. Направленность программы – физкультурно-спортивная. Уровень освоения программы – стартовый. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность занятия – 30 минут. Форма обучения – очная; форма организации занятий - групповая (14 человек).

В процессе реализации программы «Школа мяча» занятия предусматриваютразнообразнуюдеятельностьсмячомвсоответствиисинтересамиипотребностями,сучетомвозрастадетей,ихособенностями,

состояниемздоровья.Ворганизованнойобразовательнойдеятельностисоздаютсяусловиядлясвоевременногоиправильногофизическогоиполноценногопсихическогоразвития,дается возможностьраскрытьиндивидуальныеособенностиитворческийпотенциалкаждогоребенка. Рационально распределяется двигательная нагрузка дошкольников: сучетомфизиологическойреакциидетей,соответствиянагрузкиихвозрастнымииндивидуальным возможностям,уровнемподготовленности.

Паспорт дополнительнойобщеобразовательной программы
«Школа мяча»

Названиепрограммы	Дополнительнаяобщеобразовательная(общеразвивающая)программа"Школамяча"
Направленностьпрограммы	физкультурно-спортивная
Уровень программы	стартовый
Ф.И.О. автора (разработчика)/составителя программы	Яковлева Сабина Юрьевна
Год разработки /модификации	2025 год
Где, когдаикемутвержденадополнительнаяобщеобразовательнаяпрограмма	
Информация оналичиирецензии	отсутствует
Цель	Создание оптимальных условий для освоениедетьми техникойвладениямячом.
Задачи	**Обучающие:** - сформировать у воспитанников устойчивый интерес к играм с мячом, желание использовать их в самостоятельной деятельности; - содействовать развитию двигательных способностей дошкольников. **Развивающие:** -развивать глазомер, координацию движений, ритмичность, согласованность движений, выносливость, быстроту, ловкость, умение ориентироваться на площадке. - сформировать простейшие технико-тактические действия с мячом: ловля мяча, передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, бросок мяча в корзину, искусство ведения мяча, прокатывание мяча в ворота и т.д., умение применять их в игровой ситуации. **Воспитательные:** -способствовать обогащению и углублению знаний о спортивных играх с мячом. - воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели. - сформировать у воспитанников привычку здорового образа жизни.
Планируемые результаты освоения программы	-развитиеобщейимелкоймоторики; -развитиефизическихкачеств:силы,быстроты,ловкости, гибкости, координации; -овладеют технико –тактическими действиями с мячом: передачамяча,бросок мяча через сетку, подача мяча, блокирование, разучать индивидуальную тактику.
Срок реализации программы	9 месяцев
Количество часов в неделю/ в год	2 ч./71 ч.

Возраст обучающихся	дошкольники 5-7 лет
Формы занятий	Очная групповая 14 человек
Методическое обеспечение	Обучение происходит в увлекательной, преимущественно игровой форме, в виде практических занятий, на которых дошкольники играют и выполняют задания. Основные формы в процессе реализации Программы: беседы; игры; инструктажи; разучивание комплексов; специально организованная секция; игровые упражнения (групповые, подгрупповые, индивидуальные). **Методы:** • наглядный метод, обеспечивающий яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений, необходимых для возникновения у ребенка наиболее полного и конкретного представления о движении, активизирующий развитие его сенсорных способностей; • словесный метод, помогающий осмысливанию поставленной перед ними задачи и в связи с этим сознательному выполнению двигательных упражнении; • практический метод, связанный с практической двигательной деятельностью детей, обеспечивающий действенную проверку правильности восприятия движении на собственных мышечно-моторных ощущениях; • игровой метод, дает возможность одновременного совершенствования разнообразных двигательных навыков, самостоятельности действий, быстрой ответной реакции на изменяющиеся условия, проявления творческой инициативы; • соревновательный метод, используется преимущественно в старших группах детского сада в целях совершенствования уже приобретенных двигательных навыков (но не состязания и борьбы за первенство). **Наглядные методические приемы:** • зрительная наглядность, заключается в правильной, четкой, красивой демонстрации - показе педагогом образца движения или его отдельных двигательных элементов; в имитации, подражании образам окружающей жизни; в использовании зрительных ориентиров при преодолении пространства; использовании наглядных пособий слайд программ, иллюстраций, фотографий, схем, картин и т. п.; • тактильно- мышечная наглядность, используется путем включения физкультурных пособий в двигательную деятельность детей; • слуховая наглядность, представляет собой звуковую регуляцию движений. Лучшей слуховой наглядностью является музыка (песня). Она вызывает у детей эмоциональный подъем, определяет характер движения и регулирует его темп и ритм.

Условияреализации программы	Занятия по программе проводятся в физкультурном зале. К занятиям допускаются дети основной и подготовительной физкультурной группы. Обязательным условием является наличие удобной, не сковывающей движений спортивной одежды и обуви (с резиновой подошвой). Техническиесредства: компьютер, музыкальная колонка. Средства обучения: • оборудование физкультурного зала: мячи разного веса и диаметра (детские резиновые, мини- баскетбольные, футбольные), обручи разных размеров, кегли, конусы,баскетбольныекольца,гимнастическиескамейки. снимающийся баскетбольный щит с корзиной, волейбольная сетка, футбольные ворота, набивные мячи, фитболы. • технические средства обучения; • учебно- наглядные и учебные пособия (экранно-звуковые средства, инструкции, наставления); • речевые, невербальные, поведенческие средства самого педагога

Пояснительная записка

Особый интерес представляет использование игрового метода и упражнений из арсенала спортивных игр в системе физического воспитания детей старшей и подготовительной групп в дошкольных образовательных учреждениях. Организованная образовательная деятельность по физическому развитию, построенная на использовании элементов спортивных игр и упражнений, в значительной степени способствует повышению уровня физической подготовленности, физическому и психическому развитию, вызывает 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.

С этой целью была разработана рабочая программа дополнительного образования «Школа мяча».

Программа дополнительного образования «Школа мяча» 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». В основу рабочей программы дополнительного образования «Школа мяча» легли требования к всестороннему развитию двигательной функции, взаимосвязи физического, интеллектуального и психического развития ребенка

Нормативно-правовое обеспечение программы:

Программа «Школамяча» разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми документами:

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

А также другими Федеральными законами, иными нормативными правовыми актами РФ, законами и иными нормативными правовыми актами субъекта РФ (Ханты-Мансийского автономного округа – Югры), содержащими нормы, регулирующие отношения в сфере дополнительного образования детей, нормативными и уставными документами МБДОУ №47 «Гусельки». Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Школамяча» осуществляется за пределами Федеральных государственных образовательных стандартов и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам.

Актуальность программы

Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают дефицит двигательной активности, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, вызывает задержку возрастного развития. Чтобы удовлетворить потребность детей в

двигательной активности в детском саду необходимо проводить дополнительные кружки по физическому развитию. Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом 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. Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

Новизна. Программа гуманистически ориентирована, так как предлагаемая система разработана с учетом особенностей психомоторного развития дошкольников, реального уровня их физической подготовленности. Игры и эстафеты, подвижные игры с мячом дают возможность каждому ребенку познакомиться с элементами спорта, почувствовать важность участия в совместных действиях, помощи друг другу для достижения результата и успеха, т.е. приобщают детей к универсальным ценностям человеческой жизни, доброте, коллективизму, взаимопомощи.

Направленностьпрограммы: физкультурно- спортивная.

Уровень освоения программы: стартовый.

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

Адресат программы: программа предназначена для обучения детей в возрасте 5-7 лет.

Количество обучающихся в группе: 14 человек.

Срок реализации программы: 9 месяцев

Объём программы/Количествочасов:9 месяцев/71 час в год.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

Форма обучения: очная.

Цель задачи программы

Цель программы: Создание оптимальных условий для освоения детьми техникой владения мячом.

Задачи программы

Обучающие:

- сформировать у воспитанников устойчивый интерес к играм с мячом, желание использовать их в самостоятельной деятельности;
- содействовать развитию двигательных способностей дошкольников.

Развивающие:

-развивать глазомер, координацию движений, ритмичность, согласованность движений, выносливость, быстроту, ловкость, умение ориентироваться на площадке.

- сформировать простейшие технико-тактические действия с мячом: ловля мяча, передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, бросок мяча в корзину, искусство ведения мяча, прокатывание мяча в ворота и т.д., умение применять их в игровой ситуации.

Воспитательные:

-способствовать обогащению и углублению знаний о спортивных играх с мячом.

- воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.

- сформировать у воспитанников привычку здорового образа жизни.

Содержание программы

Учебныйплан

№ п/п	Раздел,тема	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	«Что такое «Школа мяча». Основы техники безопасности. Знакомство с мячом	1	8	9	входной
2	«Прокатывание, подбрасывание и броски мяча»	-	9	9	текущий
3	«Отбивание мяча»	-	7	7	текущий
4	«Передача мяча»	-	9	9	текущий
5	«Координация с мячом»	-	6	6	текущий
6	«Мяч в кольцо»	-	7	7	текущий
7	«Школа мяча»	-	8	8	текущий
8	«Закрепление»		9	9	текущий
9	«Диагностика»		7	7	итоговый
	Итого	**1**	**70**	**71**	

Содержаниеучебногоплана

Раздел 1. «Что такое «Школа мяча». Основы техники безопасности. Знакомство с мячом» (9ч.)

Тема 1.1 Введение. (2ч.)

Теория: знакомство с дошкольников с понятием «Школа мяча»,правилами поведения на занятиях.

Практика: провести дополнительный инструктаж по технике безопасности на занятиях по ФК.

Тема 1.2«Знакомство с пионерболом» (2ч.)

Теория: Познакомить детей со спортивной игрой пионербол, правилами игры.

Практика: Закреплять умение мягко ловить мяч кистями рук. Воспитывать целеустремленность.

Тема 1.3 «Знакомство с баскетболом» (2ч.)

Теория: Познакомить детей со спортивной игрой баскетбол, правилами игры.

Практика: Воспитывать целеустремленность. Учить бросать мяч об пол и ловитьего в движении.

Тема 1.4«Знакомство с футболом» (3ч.)

Теория: Познакомить детей со спортивной игрой футбол, правилами игры.

Практика: Закрепить навык передачи мяча ногами. Закреплять умение мягко ловить мяч ногой. Развивать глазомер, координацию движений.

Раздел2.«Прокатывание, подбрасывание и броски мяча» (9ч.)

Тема 2.1 «Прокатывание мяча» (3ч.)

Теория: Формировать умение действовать с мячом, прокатывать его между предметами.

Практика: Прокатывание мяча одной рукой и двумя руками из разных положений между предметами.

Тема 2.2 «Броски мяча вверх» (2ч.)

Теория: Учить детей бросать мяч вверх и ловить его. Совершенствовать

навыки ловли мяча. Упражнять в умении выполнять задание по команде.
Практика: Броски мяча вверх и ловля его на месте
не менее 10 раз подряд.

Тема 2.3.«Подбрасывание мяча» (2ч.)

Теория: Учить детей бросать мячи разными способами. Совершенствовать навыки ловли – передачи мяча на месте.
Практика: «Подбрасывание мяча с хлопками и другими заданиями на месте».

Тема 2.4«Броски мяча об пол» (2ч.)

Теория: Учить детей бросать об пол мяч из разных положений (сидя, стоя, лёжа). Способствовать развитию координации движений, ловкости, меткости.
Практика: «Броски мяча об пол и ловля двумя руками на месте не менее 10 раз подряд».

Раздел 3. «Отбивание мяча» (7ч.)

Тема 3.1 «Отбивание мяча» (1ч.)

Теория: Формировать ловкость действия с мячом, совершенствовать отбивание мяча на месте. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера
Практика: Отбивание одной рукой на месте не менее 10 раз подряд

Тема 3.2 «Отбивание мяча поочередно» (2ч.)

Теория: Формировать ловкость действия с мячом, действовать правой и левой рукой на месте, в разных исходных положениях. Способствовать развитию чувства равновесия и глазомера.
Практика: отбивание мяча правой и левой рукой на месте, в разных исходных положениях.

Тема 3.3«Отбивание мяча в движении» (2ч.)

Теория: Учить детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения. Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости.
Практика: Отбивание правой и левой рукой в движении (расстояние5-6 м)

Тема 3.4 «Ведение мяча с препятствиями». (2ч.)

Теория: Формировать ловкость действия с мячом, действовать правой и левой рукой на месте, в разных исходных положениях.
Практика: Ведение мяча между конусами 5 шт.

Раздел4.«Передача мяча» (9ч.)

Тема 4.1«Передача мяча друг другу» (2ч.)

Теория: Учить детей передавать мяч друг другу, ловить мяч сидя и стоя, разными способами, в разных построениях.
Практика: Передача мяча друг другу и ловля мяча сидя и стоя, разными способами, в разных построениях

Тема 4.2 «Передача мяча стоя спиной» (2ч.)

Теория: Учить детей перебрасывать мяч правой и левой рукой, стоя спиной друг к другу. Учить детей работать в парах. Способствовать развитию чувства коллективизма, прививать умение работать совместно, чётко соблюдая правила.
Практика: «Передача мяча стоя спиной разными способами, в разных построениях .

Тема 4.3 «Передача мяча через сетку» (2ч.)

Теория: Учить детей перебрасывать мяч через сетку с расстояния 5-7 м.
Практика:Передача мяча через сетку от себя двумя рукамина расстояния 5-7 м.

Тема 4.4 «Перебрасывание мяча из-за головы» (3ч.)

Теория: Учить детей перебрасывать мяч двумя руками из-за головы
Практика:Перебрасывание мяча из-за головы через сетку

Раздел5.«Координация с мячом» (6ч.)

Тема 5.1«Фитбол» (2ч.)

Теория: Учить балансированию на фитболе, сохраняя равновесие. Учить гасить скорость летящего мяча, удерживать его кистями рук.

Практика: Упражнения с фитболом. Стойка «планка».

Тема 5.2«Вокруг фитбола» (2ч.)

Теория: продолжать учить детей работать с фитболом мячом. Учить детей держать правильно мячик и выполнять дополнительные задания с мячом

Практика: прокрутить мяч вокруг своей оси по часовой стрелке и против часовой стрелки.

Тема 5.3«Мяч в ворота» (2ч.)

Теория: Учить детей прокатывать набивной мяч друг другу из разных исходных положений, способствовать развитию координации движений

Практика: Прокатывание в ворота набивного мяча и друг другу.

Тема 5.4 «Мяч в парах» (1ч.)

Теория: Учить детей перебрасывать набивной мяч друг другу из разных исходных положений, Способствовать развитию координации движений, силы, укреплять мышцы рук

Практика: Перебрасывание набивного мяча друг другу

Раздел6.«Мяч в кольцо» (7ч.)

Тема 6.1«Бросание мяча» (2ч.)

Теория: Учить бросать мяч в кольцо, в корзину из положения стоя на коленях, сидя.

Практика: Забрасывание в баскетбольное кольцо

Тема 6.2«Бросание мяча 2» (2ч.)

Теория: Совершенствовать броски мяча в кольцо, в корзину из положения стоя на коленях, сидя.

Практика: Забрасывание в баскетбольное кольцо

Тема 6.3«Мяч о стену» (2ч.)

Теория: Учить детей бросать и ловить мяч после отскока от стены из положений: мяч над головой, от груди мяч внизу

Практика: Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками.

Тема 6.4«Ведение мяча» (1ч.)

Теория: Упражнять детей в разных действиях с мячом, формировать умения применять их в разных ситуациях, познакомить детей с элементами игры баскетбол.

Практика: Ведение мяча двумя руками на месте и в движении

Раздел7.«Школа мяча» (8ч.)

Тема 7.1«Школа мяча» у стенки»(2ч.)

Теория: упражнять детей по умениям и навыкам «Школы мяча» у стены

Практика: Подбрасывание и отбивание мяча у стены.

Тема 7.2 «Теннисный мяч»(2ч.)

Теория: учить метать теннисный мяч с расстояния 5 м

Практика: Метание теннисного мяча в цель.

Тема 7.3 «Мяч в паре» (2ч.)

Теория: Учить определять направление и скорость мяча, удерживать кистями рук.

Практика: Передача мяча в парах.

Тема 7.4.«Повтори движение» (2ч.)

Теория: Закреплять умение отбивать мяч ладонями в нужном направлении.

Практика: отбивать мяч ладонями в нужном направлении.

Раздел8. «Закрепление»(9ч.)

Тема 8.1«Самостоятельная и коллективная игра» (3ч.)

Теория: Формировать навыки самостоятельно и коллективно играть с мячом, видеть

площадку, помогать друг другу в достижении общей цели игры
Практика: Игра «Подними мяч» Игра в футбол.

Тема 8.2 «Мяч в движении» (2ч.)

Теория: «Закрепление навыков владения мячом в движении и ориентирования на площадке.
Практика: Эстафета с ведением мяча. Игра в баскетбол.

Тема 8.3 «Набивной мяч» (2ч.)

Теория: Проверка овладения знаниями и умениями «Школы мяча» с набивными мячами.
Практика: Игра «Четыре стихии» Малоподвижная игра

Тема 8.4 «Контрольное занятие» (2ч.)

«Мяч в парах»
Теория: Выявить умения и навыки детей по умению выполнять задания с мячами в парах «Школа мяча»
Практика: Игра «Сумей удержать».

Раздел9. «Диагностика» (7ч.)

Тема 9.1«Диагностика» (2ч.)

Теория:Выявить умения и навыки детей по умению выполнять задания смячом:ловлямяча,передачамяча,бросокчерезсетку,подачамяча,бросок мячавкорзину,искусствоведениямяча,прокатываниемячавворотаит.д.,умениеприменятьихвигровойситуации.
Практика: ловлямяча,передачамяча,бросокчерезсетку,подачамяча,бросок мячавкорзину,искусствоведениямяча,прокатываниемячавворотаит.д.,умениеприменятьихвигровойситуации.Игра «Вышибалы».

Тема 9.2«Диагностика» (2ч.)

Теория:Выявить умения и навыки детей по умению выполнять задания смячом: перебрасывание, отбивание, подбрасывание мяча с хлопками, броски мяча в ворота ногой на меткость,броски мяча об пол и ловля его в движении.
Практика: перебрасывание, отбивание, подбрасывание мяча с хлопками, броски мяча в ворота ногой на меткость, броски мяча об пол и ловля его в движении. Игра «Подними мяч».

Тема 9.3 «Развлечение «Веселый мяч» (1ч.)

Теория: подготовка к мероприятию, составление сценария, подготовка атрибутики, музыкальное сопровождение, подбор костюмов.
Практика: Мероприятие «Веселый мяч».

Тема 9.4«Развлечение «Веселые старты» (2ч.)

Теория: подготовка к мероприятию, составление сценария, подготовка атрибутики, музыкальное сопровождение, подбор костюмов.
Практика: Мероприятие «Веселые старты».

Планируемые результаты

Результативностью реализации программы следует считать устойчивый интерес ребенка к занятиям физической культурой, спортом, к здоровому образу жизни, освоение им основных приемов игры с разными видами мячей, в различные игры, связанные с подачей и приемом мяча.
Планируемые результаты освоения программы:
Дети овладели техникой действий с разными мячами.
У детей сформированы новые двигательные навыки: ведения мяча разными способами, забрасывание мяча в корзину, ведение мяча с бегом в разном темпе.
Сформированы навыки сотрудничества: дети умеют играть в команде для достижения общей цели, адекватно оценивать результаты игры, своих действий.

Наблюдается повышение интереса детей к физической культуре, а именно, к спортивным играм с мячом.

Отмечается познавательное развитие дошкольников в области знаний о спортивных играх с мячом, их истории возникновения, правилах и элементах техники игр.

Предполагаемые результаты по 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 большом коллективе, умение владеть мячом на достаточно высоком уровне.

Календарныйучебныйграфик

Количество учебных недель: 38
Количество учебных дней: 71
Сроки учебных периодов: с 01.09.2025 по 29.05.2026

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Раздел1. Знакомство с мячом								
1	Сентябрь	01	15:30-16:00	групповая	1	Введение. «Знакомство с мячом»	Территория физкультуры и спорта	Входной
2	Сентябрь	03	15:30-16:00	групповая	1	Основы техники безопасности	Территория физкультуры и спорта	Входной
3 4	Сентябрь	08 10	15:30-16:00	групповая	2	«Знакомство с пионерболом»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
5 6	Сентябрь	15 17	15:30-16:00	групповая	2	«Знакомство с баскетболом»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
7 8 9	Сентябрь	22 24 29	15:30-16:00	групповая	3	«Знакомство с футболом»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
Раздел2.Прокатывание, подбрасывание и броски мяча								
10 11 12	Октябрь	01 06 08	15:30-16:00	групповая	3	«Прокатывание мяча»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
13 14	Октябрь	13 15	15:30-16:00	групповая	2	«Броски мяча вверх»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
15 16	Октябрь	20 22	15:30-16:00	групповая	2	«Подбрасывание мяча»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
17 18	Октябрь	27 29	15:30-16:00	групповая	2	«Броски мяча об пол»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
Раздел3. Отбивание мяча								
19	Ноябрь	05	15:30-16:00	групповая	1	«Отбивание мяча»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
20	Ноябрь	10	15:30-	групповая	2	«Отбивание мяча	Территория	Текущий

21		12	16:00			поочередно»	физкультуры и спорта	
22 23	Ноябрь	17 19	15:30-16:00	групповая	2	«Отбивание мяча в движении»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
24 25	Ноябрь	24 26	15:30-16:00	групповая	2	«Ведение мяча с препятствиями»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
Раздел4.Передача мяча								
26 27	Декабрь	01 03	15:30-16:00	групповая	2	«Передача мяча друг другу»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
28 29	Декабрь	08 10	15:30-16:00	групповая	2	«Передача мяча стоя спиной»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
30 31	Декабрь	15 17	15:30-16:00	групповая	2	«Передача мяча через сетку»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
32 33 34	Декабрь	22 24 29	15:30-16:00	групповая	3	«Перебрасывание мяча из-за головы»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
Раздел5.Координация с мячом								
35 36	Январь	12 14	15:30-16:00	групповая	2	«Фитбол»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
37	Январь	19	15:30-16:00	групповая	1	«Вокруг фитбола»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
38	Январь	21	15:30-16:00	групповая	1	«Мяч в ворота»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
39 40	Январь	26 28	15:30-16:00	групповая	2	«Мяч в парах»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
Раздел6.Мяч в кольцо								
41 42	Февраль	02 04	15:30-16:00	групповая	2	«Мяч в корзину»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
43 44	Февраль	09 11	15:30-16:00	групповая	2	«Мяч в корзину 2»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
45 46	Февраль	16 18	15:30-16:00	групповая	2	«Мяч о стену»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
47	Февраль	25	15:30-16:00	групповая	1	«Ведение мяча»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
Раздел7.«Школа мяча»								
48 49	Март	02 04	15:30-16:00	групповая	2	«Школа мяча» у стенки»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
50	Март	11	15:30-	групповая	2	«Теннисный мяч»	Территория	Текущий

51		16	16:00				физкультуры и спорта	
52 53	Март	18 23	15:30-16:00	групповая	2	«Мяч в паре»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
54 55	Март	25 30	15:30-16:00	групповая	2	«Повтори движение»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
Раздел8.Закрепление								
56 57 58	Апрель	01 06 08	15:30-16:00	групповая	3	«Самостоятельная и коллективная игра»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
59 60	Апрель	13 15	15:30-16:00	групповая	2	«Мяч в движении»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
61 62	Апрель	20 22	15:30-16:00	групповая	2	«Набивной мяч»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
63 64	Апрель	27 29	15:30-16:00	групповая	2	«Контрольное занятие»	Территория физкультуры и спорта	Текущий
Раздел 9. «Диагностика»								
65 66	Май	04 06	15:30-16:00	групповая	2	«Диагностика»	Территория физкультуры и спорта	Итоговый
67 68	Май	13 18	15:30-16:00	групповая	2	«Диагностика»	Территория физкультуры и спорта	Итоговый
69	Май	20	15:30-16:00	групповая	1	«Развлечение «Веселый мяч»	Территория физкультуры и спорта	Итоговый
70 71	Май	25 27	15:30-16:00	групповая	2	«Развлечение «Веселые старты»	Территория физкультуры и спорта	Итоговый

Условия реализации программы

Особенности организации предметно-пространственной среды.

Для решения поставленных задач создана и расширяется развивающая двигательная среда и среда познавательного плана – мячи всех размеров, картотека подвижных игр с элементами спортивных игр, дидактические игры, иллюстрации, баскетбольные кольца, сетки, нетрадиционное оборудование – батут, тренажерные дорожки и т.д.

Современное понимание предметно-пространственной среды включает в себя обеспечение активной жизнедеятельности ребенка, становления его субъектной позиции, развития творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами.

Оборудование спортивного зала и спортивной площадки дошкольного учреждения является безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим. Развивающая предметно-пространственная среда насыщенна, пригодна для совместной деятельности взрослого и ребенка и самостоятельной деятельности детей, отвечающей потребностям детского возраста.

Методическое обеспечение программы

Обучение происходит в увлекательной, преимущественно игровой форме, в виде практических занятий, на которых дошкольники играют и выполняют задания.

Основные формы в процессе реализации Программы: беседы; игры; инструктажи; разучивание комплексов; специально организованная секция; игровые упражнения (групповые, подгрупповые, индивидуальные).

Методы:

- наглядный метод, обеспечивающий яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений, необходимых для возникновения у ребенка наиболее полного и конкретного представления о движении, активизирующий развитие его сенсорных способностей;
- словесный метод, помогающий осмысливанию поставленной перед ними задачи и в связи с этим сознательному выполнению двигательных упражнении;
- практический метод, связанный с практической двигательной деятельностью детей, обеспечивающий действенную проверку правильности восприятия движении на собственных мышечно-моторных ощущениях;
- игровой метод, дает возможность одновременного совершенствования разнообразных двигательных навыков, самостоятельности действий, быстрой ответной реакции на изменяющиеся условия, проявления творческой инициативы;
- соревновательный метод, используется преимущественно в старших группах детского сада в целях совершенствования уже приобретенных двигательных навыков (но не состязания и борьбы за первенство).

Наглядные методические приемы:

- зрительная наглядность, заключается в правильной, четкой, красивой демонстрации - показе педагогом образца движения или его отдельных двигательных элементов; в имитации, подражании образам окружающей жизни; в использовании зрительных ориентиров при преодолении пространства; использовании наглядных пособий слайд программ, иллюстраций, фотографий, схем, картин и т. п.;
- тактильно- мышечная наглядность, используется путем включения физкультурных пособий в двигательную деятельность детей;
- слуховая наглядность, представляет собой звуковую регуляцию движений. Лучшей слуховой наглядностью является музыка (песня). Она вызывает у детей эмоциональный подъем, определяет характер движения и регулирует его темп и ритм.

Материально-техническое обеспечение

Техническиесредства: компьютер, музыкальная колонка.

Средства обучения:

- оборудование физкультурного зала: мячи разного веса и диаметра (детские резиновые, мини- баскетбольные, футбольные), обручи разных размеров, кегли, конусы, баскетбольные кольца, гимнастические скамейки. снимающийся баскетбольный щит с корзиной, волейбольная сетка, футбольные ворота, набивные мячи, фитболы.
- технические средства обучения;
- учебно- наглядные и учебные пособия (экранно- звуковые средства, инструкции, наставления);
- речевые, невербальные, поведенческие средства самого педагога

Оценочные материалы

В соответствии с ФГОС ДО, целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных

аттестаций и итоговой аттестации воспитанников. Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:
индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
оптимизации работы с группой детей.
Для диагностики физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

	Контрольные упражнения	**Интенсивностьвыполнения**	
		5-6лет	**6-7лет**
1.	Подбрасывать и ловитьмячдвумяруками	10-15раз	20ивыше
2.	Ведениемячазаданиями	5-6м	6мивыше
3.	Отбивать мяч об пол двумяруками	5-6м	6мивыше
4.	Отбивать мяч правой-левойрукой поочерёдно	5-6м	6мивыше
5.	Забрасываниемячавкорзинусместа	10разивыше	15 раз ивыше
6.	Подбрасывать мяч вверх иловить после отскока икружения	15ивыше	20ивыше
7.	Подбрасыватьмячвверх,соединятьрукиередгрудьюкольцоми пропускатьвнегопадающиймяч.Послеотскока пойматьего.	15 раз ивыше	20 раз ивыше
8.	Отбиватьмячоднойрукойспродвижением вперёд(мячсбоку)	5-6м	6мивыше
9.	Отбиватьмячобполкулаком	15 раз ивыше	20рази выше
10.	Перебрасывание мяча другдругуразными способами	на расстоянии 3-4м10раз	Нарасстоянии5м15раз и выше
11.	Метаниевгоризонтальнуюи вертикальнуюцельоднойрукой	3-4м	4-5м
12.	Метаниенадальность	5-9м	6-12 м ивыше

Оценка результатов освоения программы

Низкий уровень:
- неуверенно выполняет сложные упражнения с мячом;
- не замечает своих ошибок;
-не обращает внимание на качество действий с мячом;
-не соблюдает заданный темп и ритм с мячом.

Средний уровень:
-технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом;
- верно, оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки;
-не совсем уверенно и точно выполняет действия с мячом в заданном темпе.

Высокий уровень:

-уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом;

- ребенок способен придумать новые варианты действий с мячом.

Списокиспользованнойлитературы

1. Александрова Е.А. «Игры с мячом для дошкольников: методическое пособие». — М.: Детство-Пресс, 2019.
2. Андрюхина Т.В., Садыкова С.Л. «Игровые технологии в физическом воспитании детей 5–7 лет». — Екатеринбург: УрГПУ, 2022.
3. Баряева Л.Б., Герасимова Е.Н. «Играем с мячом: развивающие игры для детей 5–7 лет». — СПб.: Каро, 2020.
4. Борисова М.М. «Современные технологии физического развития дошкольников». — М.: ТЦ Сфера, 2023.
5. Власенко Н.Э. «Физкультурные занятия с элементами спортивных игр для дошкольников». — М.: Мозаика-Синтез, 2019.
6. Гаврилова В.В. «Мяч в игре: система упражнений для детей 5–7 лет». — Ростов н/Д: Феникс, 2020.
7. Гусева Т.А. «Подвижные игры с мячом в детском саду». — М.: Сфера, 2023.
8. Доронова Т.Н., Якобсон С.Г. «Физическое развитие дошкольников: методическое пособие». — М.: Просвещение, 2019.
9. Ермакова И.А. «Игровые занятия с мячом для старших дошкольников». — СПб.: Детство-Пресс, 2022.
10. Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А. «Игры с мячом как средство развития координации у детей 5–7 лет». — М.: Владос, 2020.
11. Коломийченко Л.В. «Физическое развитие и здоровье детей 5–7 лет». — М.: Сфера, 2023.
12. Копылов Ю.А. «Методика обучения спортивным играм в ДОУ». — М.: Вентана-Граф, 2022.
13. Лагутин А.Б. «Игровые технологии в физкультуре дошкольников». — М.: Просвещение, 2023.
14. Матвеев А.П. «Физкультура для малышей: игры с мячом». — М.: Физкультура и спорт, 2022.
15. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия с детьми 5–7 лет: игры и упражнения с мячом». — М.: Мозаика-Синтез, 2019.
16. Попова О.В. «Развитие двигательных навыков через игры с мячом». — СПб.: Речь, 2024.
17. Степаненкова Э.Я. «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста». — М.: Мозаика-Синтез, 2020.
18. Тимофеева Е.А. «Подвижные игры с мячом для дошкольников». — СПб.: Детство-Пресс, 2019.
19. Филиппова С.О. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольников». — СПб.: Детство-Пресс, 2020.
20. Шебеко В.Н. «Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях». — М.: Высшая школа, 2022.

Приложение 1

Коллективные подвижные игры и эстафеты с мячом *«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.

«Мяч через сетку» (элементы волейбола).

«Мяч в сетку» (элементы баскетбола).

«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 над ним.

«Мяч водящему»

Нужно провести две линии. Расстояние между ними 2-3 м. Играющие становятся друг за другом за первую линию. Напротив них, за другую линию, становится водящий. Он бросает мяч ребёнку, стоящему в колонне первым, а тот возвращает его водящему и перебегает в конец колонны. В это время вся колонна играющих подвигается вперёд и к исходной линии подходит следующий играющий.

«Сбей кеглю

Играющий становится за линию, в 2-3 м от которой находится кегля. Надо сбить её мячом. Мяч можно прокатывать, бросать или ударять ногой.

«Передай мяч»

Играющие распределяются на команды и выстраиваются в колонны. У игроков, стоящих первыми, в руках по одному большому мячу (диаметр 20- 25 см). По сигналу воспитателя 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.

«Мы, весёлые ребята»

Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной

стороне площадки также проводится вторая черта. В центре находится ловишка. Играющие хором произносят:

«Мы, весёлые ребята, Любим бегать и скакать,

Ну, попробуй нас догнать.

Раз, два, три – лови!»

После слова «лови!» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка их ловит. Тот, кого ловишка успеет осалить, прежде чем тот пересечёт черту. Считается пойманным, отходит в сторону и пропускает одну перебежку. После двух перебежек выбирается второй ловишка.

«Школа мяча»

Играющие строятся в колонны, в руках у первых игроков по одному большому мячу. Перед каждой колонной положен обруч (диаметром 50 см). По сигналу воспитателя первый игрок ударяет мячом в обруч, ловит его двумя руками и передаёт следующему, а сам бежит в конец

своей колонны. Когда первый в колонне окажется снова на своём месте, то, получив мяч, он поднимает его над головой.

«Мяч в стену»

Команды строятся в колонны на расстоянии 3 м от стены лицом к ней. По сигналу первые игроки бросают мяч о стену, ловят его после отскока от земли и передают следующим, а сами бегут каждый в конец своей колонны.

«Охотники и утки»

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

«Не давай мяч водящему»

В центре круга находятся 2-3 водящих. Стоящие вне круга перебрасывают мяч друг другу во всех направлениях, а водящие стараются до него дотронуться. Если кому-либо это удаётся, то он выходит из круга. А водящим становится тот, при броске которого был осален мяч.

«Проведи мяч»

Играющие строятся в две колонны, у каждого в руках по одному мячу. Вдоль площадки параллельно друг другу, ставятся кубики (5-6 шт.) на расстоянии

11.5м. По сигналу воспитателя первые игроки начинают ведение мяча между предметами. Как только они пройдут 2-3 предмета, в игру включаются следующие ребята. Каждый выполнивший задание встаёт в конец своей колонны.

Приложение 2

Комплекс упражнений с мячами

(по программе «Старт» Р.А.Юдиной, Л.В.Яковлевой) **«Солнышко».** Подбрасывать и ловить мяч двумя руками. Солнце светит высоко, солнце светит низко.Мяч бросаю далеко, мяч бросаю близко.

1. ***«Хлопушки».*** Подбрасывать мяч вверх и ловить после одного или двух хлопков.

Вот подброшу к верху мяч, не умчится мячик вскачь!Хлопну громко в две ладоши – я ловец мячей хороший.

1. **«Отбивалки».** Отбивать мяч об пол двумя руками или одной рукой. Прыг-скок, прыг-скок!

Встал наш мячик на носок,

А потом на пятку – заплясал вприсядку!

Прямо, боком, кулачком управляю я мячом!

1. ***«Подскок».*** Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол.

К солнцу мяч взлетает, знает, что поймают.

Я немного подожду – прыгнет вниз, тогда словлю.

1. ***«Хлоп – гоп».*** Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол и хлопка в ладони.

Вверх бросок, об пол – отскок.

Хлопну громко: «Хлоп и гоп!»

1. ***«Вертушка».*** Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока и кружения.

Быстро кружится волчок, хочет лечь он на бочок.Я упасть мячу не дам и его поймаю сам!

1. ***«Корзинка».*** Подбрасывать мяч вверх, соединить руки перед грудью кольцом и пропускать в него падающий мяч. После отскока пойматьего.

Ловим мяч в корзину ловко. Бросим вверх – там остановка. А потом он вниз

летит. Мяч от нас не убежит!

1. ***«Качели».*** Упражнение в паре. Бросить мяч сверстнику, стоящему на расстоянии 1,5-2м, с отскоком об пол.

Вот и полетели быстрые качели.

Ты – мне, я – тебе. Веселее нам вдвойне!

1. ***«Ведение по кругу».*** Стоя на коленях прокатить мяч по кругу вокругсебя одной рукой. Руку за спиной поменять.

Дружные ребята, девочки и мальчики.Весело играют в озорные мячики.

1, 2, 3, 4, 5 –начинаем мы катать!

Приложение 3

Игровые упражнения и задания с мячом для индивидуального выполнения

(Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева) ***«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.

Коллективные подвижные игры и эстафеты с мячом

«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.

«Мяч через сетку» (элементы волейбола). ***«Мяч в сетку»*** (элементы баскетбола).

«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 над ним.

«Мяч водящему»

Нужно провести две линии. Расстояние между ними 2-3 м. Играющие становятся друг за другом за первую линию. Напротив них, за другую линию, становится водящий. Он бросает

мяч ребёнку, стоящему в колонне первым, а тот возвращает его водящему и перебегает в конец колонны. В это время вся колонна играющих подвигается вперёд и к исходной линии подходит следующий играющий.

«Сбей кеглю»

Играющий становится за линию, в 2-3 м от которой находится кегля. Надо сбить её мячом. Мяч можно прокатывать, бросать или ударять ногой.

«Передай мяч»

Играющие распределяются на команды и выстраиваются в колонны. У игроков, стоящих первыми, в руках по одному большому мячу (диаметр 20-25 см). По сигналу воспитателя начинается передача мяча назад двумя руками над головой (за головой) стоящим сзади. Как только игрок, стоящий последним в колонне, получит мяч, он быстро бежит, станови-ся впереди колонны и снова передаёт мяч. Побеждает та команда, дети которой быстро выполнили упражнения и ни разу не уронили мяч.

«Мы, весёлые ребята»

Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне площадки также проводится вторая черта. В центре находится ловишка. Играющие хором произносят:

«Мы, весёлые ребята,

Любим бегать и скакать, Ну, попробуй нас догнать.

Раз, два, три – лови!»

После слова «лови!» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка их ловит. Тот, кого ловишка успеет осалить, прежде чем тот пересечёт черту. Считается пойманным, отходит в сторону и пропускает одну перебежку. После двух перебежек выбирается второй ловишка.

«Школа мяча»

Играющие строятся в колонны, в руках у первых игроков по одному большому мячу. Перед каждой колонной положен обруч (диаметром 50 см). По сигналу воспитателя первый игрок ударяет мячом в обруч, ловит его двумя руками и передаёт следующему, а сам бежит в конец своей колонны. Когда первый в колонне окажется снова на своём месте, то, получив мяч, он поднимает его над головой.

«Мяч в стену»

Команды строятся в колонны на расстоянии 3 м от стены лицом к ней. По сигналу первые игроки бросают мяч о стену, ловят его после отскока от земли и передают следующим, а сами бегут каждый в конец своей колонны.

«Охотники и утки»

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

«Не давай мяч водящему»

В центре круга находятся 2-3 водящих. Стоящие вне круга перебрасывают мяч друг другу во всех направлениях, а водящие стараются до него дотронуться. Если кому-либо это удаётся, то он выходит из круга. А водящим становится тот, при броске которого был осален мяч.

«Проведи мяч»

Играющие строятся в две колонны, у каждого в руках по одному мячу. Вдоль площадки параллельно друг другу, ставятся кубики (5-6 шт.) на расстоянии 1.5 м. По сигналу воспитателя первые игроки начинают ведение мяча между предметами. Как только они пройдут 2-3 предмета, в игру включаются следующие ребята. Каждый выполнивший задание встаёт в конец своей колонны.

Комплекс общеразвивающих упражнений с большим мячом (Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет»)

И.п.: основная стойка, мяч в обеих руках внизу, 1-2 поднять мяч вверх, поднимаясь на носки; 3-4 –вернуться в исходное положение (6-7 раз).
И.п.: стоя на коленях, мяч в обеих руках перед собой. 1-4 –прокатить мяч вокруг себя вправо; 5-8 –влево (6 раз).
И.п.: сидя ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой. 1-2 наклониться, прокатить мяч от одной ноги к другой; 3-4 –вернуться в исходное положение (5-6раз).
И.п.: лёжа на спине, ноги прямые, мяч в обеих руках за головой. 1-2 –поднять правую согнутую в колене ногу, коснуться мячом; 3-4 – вернуться в исходное положение. То же левой ногой (6 раз).
И.п.: основная стойка, мяч в согнутых руках перед собой. Подбрасывать мяч произвольно вверх и ловить двумя руками (5 раз), затем пауза и снова повторить.
И.п.: основная стойка, мяч в согнутых руках. 1-присесть, вынести мяч вперёд, руки прямые; 2 –вернуться в исходное положение (6 раз).
И.п.: основная стойка, мяч на полу, руки на поясе. 1-8 –прыжки вокруг мяча на двух ногах (3-4 раза).

Подвижные игры

Брось - догони.

Натянуть веревку на высоте 20-30 см от пола. Перед ней на расстоянии 2-3 м обозначить линию. Играющие ложатся на живот, берут обеими руками мячи. По сигналу бросают мячи через веревку, догоняют их и поднимают вверх. Выигрывает поднявший мяч первым.

Подбрось и поймай.

Играющие распределяются на пары, у каждой пары мяч. Один в паре подбрасывает и ловит мяч, второй считает, сколько раз удалось бросить и поймать мяч. По сигналу воспитателя дети меняются ролями: тот, кто бросал, считает, а считавший бросает мяч.

Мяч сквозь обруч.

Шесть детей в вытянутых в стороны руках держат по обручу (всего 5 обручей). Двое играющих проходят вдоль цепочки из обручей справа и слева и перебрасывают друг другумяч через каждый обруч. При повторении сменить стоящих с обручами.

Попади в цель.

Связываются четыре обруча (в виде цветка). Их кладут в центре круга, за чертой которого встают дети. Каждый по очереди бросает в обруч мяч. Попадание в центр между связанными обручами дает три очка, а во все остальные обручи - по одному.
Выигрываеттот, кто наберет условленное количество очков.

Шмель.

Играющие сидят по кругу. Внутри круга по полу перекатывается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг.

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 запятнает мяч, пропускает игру.
Целиться нужнов ноги.

Мяч среднему.

Играющие образуют 3-4 круга с равным числом детей. Внутри каждого круга водящий. Он по очереди бросает мяч каждому играющему и ловит от него. Когда мяч вернется к водящему от

последнего игрока, он поднимает его вверх.
Выигрывает команда, раньшезакончившая переброску мяча.

Быстрый мячик.

Играющие стоят по кругу, бросают и ловят мячи, говоря:
«Разноцветный быстрый мячик Дети бросают мяч вверх и ловят. Без запинки скачет, скачет. Отбивают о пол.
Часто, часто. Низко, низко. От земли к руке так близко.
Скок и скок, скок и скок, Бросают вверх и ловят.
Не достанешь потолок.
Скок и скок, стук и стук, Отбивают о пол. Не уйдешь от наших рук»

Ловкая пара.

На полу выкладываются 6 линии, параллельных одна другой, на расстоянии 1 м. Дети встают в две шеренги друг против друга между третьей и четвертой линией. На сигнал
«начали» каждая пара играющих по три раза подряд перебрасывает друг другу мяч.
Если при этом мяч не упал, один из партнеров переводит за следующую линию (делает шаг назад) и расстояние между ними увеличивается. Если кто-либо из пары уронил мяч, надо считать снова. После трех бросков то один, то другой играющий отходит назад на одну линию до тех пор, пока оба не станут у самых последних границ.

Мяч вдогонку. Дети встают в два круга. Взрослый раздает 2-3 детям мячи. По сигналу «Мяч вдогонку!» дети начинают быстро передавать мячи друг другу. Если у одного ребенка окажется два мяча сразу, он выбывает из игры. После повторения игры ребенокиграет снова.

Мяч в кругу.

Дети рассаживаются на полу на корточках в два круга. Водящие с мячом - в центре круга. Они катят мяч каждому ребенку по очереди или тому, кого назовут: «Саша, лови!». Игрокловит мяч и отсылает его обратно, но при этом надо выполнить какое- либо задание: успеть хлопнуть в ладоши 2-3 раза, назвать количественное или порядковое число, например, водящий говорит: «Первый!», ребенок отвечает: «Второй!» и т.д. Можно назвать любой предмет, входящий в обобщенное понятие (мебель, фрукты т.п.).
Побеждает та команда, которая быстрее прокатила мяч.

Догони мяч.

Играющие образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых в обе стороны рук. Водящий располагается за кругом. Место его в кругу остается свободным. Пятому ребенку, стоящему вправо от водящего, дается мяч. Дети хором говорят: «Раз, два, три - беги!» - и передают мяч вправо по кругу. Водящий бежит за кругом в том же направлении,стараясь добежать до своего места раньше, чем дойдет мяч.

Закати мяч в обруч.

Дети распределяются на 2-3 подгруппы. Такое же число обручей лежит на полу. На край обруча кладется дощечка (картонка), которая одной стороной касается пола. Получается маленькая горка. Подгруппы детей выстраиваются в колонны напротив горок. У каждогомалый мяч. По сигналу водящие прокатывают мяч, стараясь попасть в обруч. При этом команде засчитывается три очка. Если мяч попал в обруч, но выкатился, то команда получает только одно очко, при промахе очко не начисляется.

Передай мяч.

Дети распределяются на 2 звена и выстраиваются в колонны друг за другом. Перед каждой колонной на расстоянии 3 м ставится кубик. Первый бежит с мячом, обегает предмет, передает мяч следующему в своей колонне и встает сзади всех. При потере мяча ребенок возвращается, поднимает его и бежит с того места, где упал мяч.
Побеждает звено, опередившее других при соблюдении условии игры.

Не упусти шарик.

На площадке обозначается линия старта. На противоположной стороне на расстоянии 8-10 м ставят 2-3 кубика. 2-3 ребенка получают по воздушному шару, выходят к линии старта напротив кубиков, по сигналу, подбивая шар рукой, проходят или пробегают с ним, обегают кубик и возвращаются обратно. Побеждает тот, кто вернется первым, не упустив шарик.

Мяч о пол.

Дети строятся в две колонны: одна с одной стороны зала, другая напротив. Первые в колоннах получают мяч и по сигналу идут или бегут, отбивая мяч о пол. Добежав до первых в противоположных колоннах, передают им мяч, а сами встают сзади. Получивший мяч без промедления бежит обратно. Когда все поменяются местами. Взрослый отмечает колонну, которая выполнила задание лучше и быстрее.

Кати в цель.

Поперек зала натягивается веревка, на нее на проволочках низко над полом подвешены квадраты из плотного картона. Расстояние между квадратами 20 см. вызванные дети встают на исходную линию в 3 м от веревки и по сигналу катят мяч в цель. Идут за мячами, катят ещё раз, после чего передают следующим.

Подвижная мишень.

К игрушечным машинам прикрепляют мишени из плотного картона. В соответствии с числом мишеней играющие встают на расстоянии 2 - 3 м от мишеней. Бросает каждый своим мячом в цель, стараясь откатить машину подальше. После 8 - 10 бросков игра заканчивается. Выигрывает тот, чья машина откатилась дальше от исходной линии.

Попади в ворота.

Дети делятся на две команды. По одному ребенку от каждой команды встают на исходную линию. Перед ними на расстоянии 5 м выкладываются ворота из набивных мячей. От исходной линии нужно попасть в ворота, ударяя ногой по мячу (внутренней стороной стопы). Выигрывает та команда, в которой больше игроков, попавших в ворота.

Мяч по дорожке.

Дети распределяются на две команды. Перед каждой командой выкладывают из гимнастических палок, веревок коридор шириной 50? 100 см и длиной 3 м. У каждого в руках мяч. Нужно, ударяя мяч о пол, провести его по коридору, вернуться, встать в конце колонны и передать мяч следующему. Если ребенок уронит мяч, он должен поднять и провести с этого места. Следующий в колонне начинает только тогда, когда игрок пройдет коридор. Возвращаться в свою колонну можно только по своей стороне.

Побеждает та команда, которая не только, быстро, но и правильно выполнит задание.