

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 48 «Пчёлка»

УТВЕРЖДЕНО:  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 48 «Пчёлка»  
\_\_\_\_\_ М.В.Миронова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по дополнительной образовательной услуге**  
**«Обучение игре с мячом»**

## **Пояснительная записка**

### **Актуальность**

Двигательная активность дошкольников за время пребывания их в детском саду составляет 50% периода бодрствования, что не позволяет полностью обеспечить биологической потребностью ребенка в движении. При недостатке двигательной активности влияющей на состояние здоровья и работоспособность растущего организма возникает целый ряд неблагоприятных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

### **Направленность**

Необходимость работы в данном направлении возникла по ряду причин:

- недостаточная двигательная активность детей в течение дня, (особенно в холодный период года);
- большая загруженность статическими занятиями;
- желание реализовать себя в движении;
- желание родителей видеть ребенка физически совершенным: развитым, здоровым, активным.

Чтобы удовлетворить потребность детей в двигательной активности необходимо проводить дополнительные кружки по физическому развитию. С этой целью в нашем детском саду организована деятельность по программе дополнительного образования «Веселый мяч», которая, предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья.

Работа кружка является одним из новых и эффективных средств повышения двигательной активности детей. В системе физического воспитания дошкольников действия с мячом занимают важное место. Мяч - это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания.

Упражнения с мячом 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 кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживают позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

В действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений.

Включается в работу левая рука, что важно для полноценного физического развития ребенка. Структура занятий в кружке позволяет удовлетворить высокую двигательную потребность детей. 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, игровых упражнений, подвижных и спортивных игр в системе физического воспитания детей старших и подготовительных групп, в значительной степени способствуют повышению уровня физической подготовленности, физическому и психическому развитию, вызывают повышенный интерес к занятиям двигательной деятельностью у дошкольников.

Программа «Веселый мяч» имеет физкультурно-игровую, спортивную направленность. Она разработана при использовании новейших технологий на основе требований федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и основной образовательной программы МКДОУ детского сада «Тополек» комбинированного вида.

Реализация задач данной программы проводится с детьми старшего дошкольного возраста.

Количество детей: 10 – 12 детей.

В соответствии с планом программы один раз в неделю проводятся с детьми специально организованные занятия по обучению различным упражнениям с мячом и спортивным играм. Ведется табель посещаемости.

Цель	Обогащение двигательного опыта детей за счет усвоения разнообразных действий с мячом.
Задачи	Обучающие: - Формировать простейшие технико – тактические действия с мячом: передача мяча, бросок мяча через сетку, подача мяча, ведение мяча и забрасывание в кольцо, отбивание мяча на месте и с продвижением вперед, метания в цель, подбрасывании вверх и ловле мяча; - Познакомить с историей появления мяча. Развивающие: - Развивать психофизические качества: координацию движений, быстроту, ловкость, выносливость, память, внимание, ориентировку в пространстве; - Формировать интерес к физическим упражнениям и играм с мячом; Воспитательные: - Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели. - Воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность.
Необходимые условия реализации программы:	- Развивающая предметно – пространственная среда; - Взаимодействие педагогов, родителей, детей; - Комфортность: доброжелательность, создание для каждого ситуации успеха; - Личностно – ориентированное взаимодействие: учитываются индивидуальные и психофизические особенности каждого ребенка и группы в целом; - Создается раскованная, стимулирующая активность ребенка и атмосфера; - Погружение каждого ребенка в процесс: реализация задач достигается путем использования в работе активных методов и форм обучения; - Деятельность: переход от совместных действий взрослого и ребенка, ребенка и сверстников к самостоятельному выполнению упражнений; - Требования к помещению для проведения занятий: спортивный зал, спортивная площадка соответствуют требованиям СанПина и ФГОС ДОУ.
Ожидаемый результат	-Укрепление здоровье детей; - Обогащение двигательного опыта детей; - Овладение технико - тактическими действиями с мячом:

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- бросать мяч вверх, об землю и ловить его несколько раз подряд одной и двумя руками;</li> <li>- прокатывать набивные мячи из разных исходных положений: стоя, сидя, стоя на коленях;</li> <li>- перебрасывать мяч друг другу разными способами;</li> <li>- перебрасывать мяч друг другу через сетку;</li> <li>- передавать мяч с отскоком от пола, из одной руки в другую стоя и в движении;</li> <li>- отбивать мяч одной рукой (двумя) от пола на месте и в движении;</li> <li>- метать мяч в цель, вдаль;</li> <li>- забрасывать мяч в баскетбольное кольцо.</li> <li>- Освоение различных игр с мячом и появление интереса к играм вне детского сада;</li> <li>- Укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях, умение чувствовать себя комфортно в коллективе.</li> </ul>
<p>Методы и приемы</p>	<p>Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий: плакаты, рисунки, схемы и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);</li> <li>- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);</li> <li>- просмотр темпа и ритма движений.</li> </ul> <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, пояснения, указания, напоминания;</li> <li>- подача команд, распоряжений, сигналов;</li> <li>- вопросы к детям и поиск ответов;</li> <li>- беседа;</li> <li>- стихи, загадки;</li> <li>- словесная инструкция;</li> <li>- поощрение;</li> <li>- анализ результата собственной деятельности и деятельности товарищей;</li> <li>- музыкальное сопровождение.</li> </ul> <p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;</li> <li>- выполнение упражнений в игровой форме;</li> <li>- выполнение упражнений в соревновательной форме;</li> <li>- самостоятельное выполнение упражнений в свободной игре.</li> </ul>
<p>Формы работы</p>	<p>Подвижные игры на прогулке  Физкультминутки  Динамические паузы  Активный отдых  Физкультурный досуг, развлечения  Физкультурные праздники  Дни здоровья  Каникулы  Режимные моменты в течение дня</p>
<p>Взаимодействие с родителями</p>	<p>Приобщение родителей к педагогическому процессу, и расширение сферы участия родителей в организации жизни</p>

(законными представителями)	образовательного учреждения по физическому воспитанию детей. Расширять знания родителей о значимости мяча в развитии ребенка и использовании его в разных видах детской деятельности через следующие формы взаимодействия: анкетирование, родительские собрания, лекции, консультации, беседы, семинары – практикумы, тренинги, буклеты, памятки, совместные занятия, праздники, развлечения, информация в папках-передвижках.
Оборудование	<p>1. Мячи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- резиновые (малые, средние, большие) (по 12 шт.)</li> <li>- малые пластмассовые (12 шт.)</li> <li>- надувные (12 шт.)</li> <li>- массажные резиновые (12 шт.)</li> <li>- баскетбольные (2 шт.)</li> <li>- волейбольные (2 шт.)</li> <li>- футбольные (2шт.)</li> </ul> <p>2. Воздушные шарики (12 шт.)</p> <p>3. Мяч - фитбол (6 шт.)</p> <p>4. Цветные клубки (12 шт.)</p> <p>5. Мелкие предметы для развития кисти руки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- пластмассовые массажные мячики</li> <li>- шнурки</li> <li>- карандаши</li> <li>- брусочки</li> <li>- цилиндры</li> </ul> <p>6. Баскетбольные корзины (2 шт.)</p> <p>7. Напольные корзины (2 шт.)</p> <p>8. Шнур для натягивания (2шт.)</p> <p>9. Волейбольная сетка (1 шт.)</p> <p>10. Обручи (10 шт.)</p> <p>11. Кубики (20 шт.)</p> <p>12. Кегли (6 шт.)</p> <p>13. Гимнастические скамейки (2 шт.)</p> <p>14. Мишени (2 шт.)</p> <p>15. Свисток (1 шт.)</p> <p>Технические средства обучения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- магнитофон</li> <li>- CD-диски (музыка для ходьбы, бега, ритмической гимнастики, релаксации)</li> <li>- флеш - карта (презентации, видеоролики, мультфильмы)</li> <li>- экран</li> <li>- проектор</li> <li>- ноутбук</li> </ul>
Развивающая предметно – пространственная среда	<p><i>Физкультурный зал</i></p> <p>1. Щит мишень 1шт.</p> <p>2. Баскетбольное кольцо 2шт.</p> <p>3. Обручи пластмассовые цветные, безопасные, разного размера и диаметр</p> <p>4. Мячи резиновые</p> <p>-диаметр 7см.-26шт.</p>

-диаметр 12-15см.-25шт.  
 -диаметр 22-25см.-26шт.  
 -волейбольные-1шт.  
 -футбольные 3шт.  
 -баскетбольные 2шт.  
 5. Скакалки длина 1,2м- 12шт.  
     длина 1,5м- 13шт.  
 6. Шнуры разной длины 4шт.  
 7. Волейбольная сетка 2шт.  
 8. Фишки 12шт.  
 9. Корзины большие 2шт.  
 10. Корзины малые 2шт.  
 11. Мячи «попрыгунчики» 4шт.  
 12. Маски для игр  
 13. Корректирующие коврики 5шт.  
 14. Мячи набивные 9шт.  
 15. Баскетбольные кольца 2шт.  
 16. Кегли 5шт.  
 17. Музыкальный центр  
 18. Музыкальные диски  
 19. Бубен 3шт.  
 20. Ведерки детские 4шт.  
 21. Флажки большие красного, зеленого, желтого, синего цвета  
 22. Секундамер 1шт.  
*Спортивная площадка*  
 23. Стека с горизонтальными перекладинами (расстояние между перекладинами 40см.)  
 24. Игровая и спортивная площадка с травяным покровом  
 25. Беговая дорожка  
 26. Скамейки  
 27. Баскетбольные кольца  
*Переносное оборудование:*  
 1. Гимнастические доски  
 2. Цели для метания  
 3. Мячи  
 4. Скакалки  
 5. Обручи  
 6. Подвесные мишени  
 7. Гимнастические палки  
 8. Флажки  
 9. Дуги  
 10. Городки  
 11. Бадминтон  
 12. Футбольные мячи  
 13. баскетбольные мячи  
 14. Стойки для натягивания сетки, веревки  
 15. Фишки конусы для разметки площадки  
 16. Корзины  
 17. Ключки  
*Оборудование для двигательной деятельности в групповых комнатах*

	<p>1.Обручи  2.Мишени  3.Мячи резиновые разного размера  4.Мяч волейбольный  5.Мяч баскетбольный  6.Шнуры короткие и длинные  7.Флажки разноцветные  8.Ленты разноцветные  9.Скакалки  10.Ракетки, воланы  11.Кегли  12.Кольцебросы  13.Нестандартное оборудование (сделано из разного материала).  - книжный уголок - подборка рассказов, стихов, сказок, загадок о мяче.  Спортивные журналы, альбомы с разными видами спорта, фотографии спортсменов.  -«Центр двигательного творчества», «Уголок здоровья» содержащие нестандартноеигровое оборудование, изготовленное из разног бросового материала.  Картотека подвижных игр.</p>
Кадровый потенциал	<p>Елкина Алеся Васильевна- воспитатель, первая квалификационная категори  Синьхонь Юлия Викторовна- воспитатель  Морщакина Ирина Викторовна – старший воспитатель, высшая квалификационная категория  Нельзина Татьяна Ивановна - старший воспитатель, высшая квалификационная категория;  Кашникова Елена Романовна – педагог - психолог, первая квалификационная категория.  Борисова Елена Владимировна – музыкальный руководитель, высшая квалификационная категория;</p>

### Учебный план

#### Тематическое содержание

тема	Кол-во часов
Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками	3
Бросание мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками	3
Отбивание мяча двумя руками стоя на месте	4
Отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед	6
Забрасывание мяча в корзину, стоящую на полу	4
Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	6
Метание мяча в вертикальную цель	4
Метание мяча на дальность	4
диагностика	2
Всего	32

### Расписание занятий

Неделя месяца	Дни недели	Время
I- II-III-IV	понедельник	16 <sup>00</sup> -16 <sup>30</sup>

#### Структура и содержание группового занятия

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

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

Заключительная часть: м/п игра, ходьба, релаксация, дыхательная гимнастика.

**Форма обучения:** специально организованные занятия по овладению техникой игры с мячом.

(Занятия проводятся в спортивном зале, в летний период на спортивной площадке).

## Календарно - перспективный план старшая группа

тема	задачи	содержание	материал
Сентябрь	Диагностика. Выявить уровень физической подготовленности детей. Подготовка условий реализации программы.	Диагностическая методика на выявление уровня усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом. Индивидуальная работа с детьми, родителями педагогами.	Мячи по количеству детей
Октябрь Занятие 1 – 2	Уметь бросать мяч об пол и ловить его двумя руками не менее 10 раз подряд. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу, прокатывание мяча (набивного) между предметами. Воспитывать ловкость, настойчивость.	Разминка. Ходьба друг за другом в колонне по одному, ходьба на пятках, ходьба с разным положением рук, ходьба обычная, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, на сигнал «Стоп!» остановиться, затем снова продолжить прыжки, бег «змейкой» между предметами, ходьба друг за другом по кругу. Дыхательное упражнение «Мяч летит». 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.) Перебрасывание мяча друг другу (расстояние 3м). П/и «Охотник и зайцы»	Мячи по количеству детей, 6 -8 фишек, набивные мячи.
Занятие 3 -4	Отрабатывать броски мяча вверх двумя руками. Упражнять бросать мяч в вертикальную цель. Развивать глазомер, координации движений, ловкость.	Разминка. см. занятие 1 -2 Броски мяча вверх двумя руками и ловля его (не менее 10 раз подряд). Свободная игра с мячом. Броски мяча об пол и ловля на месте (не менее 10 раз подряд). Метание малого мяча в вертикальную цель. П/и «Ловишка с мячом»	Мячи по количеству детей, свисток, малые мячи по количеству детей, вертикальная цель.
Ноябрь	- познакомить детей с историей появления мяча;	Конспект занятия «Откуда взялся мяч?»	Мячи по количеству детей, фишки, кегли (6

Занятие 5 - 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обучение элементам спортивных игр с мячом;</li> <li>- развитие мелкой моторике с массажным мячом:</li> <li>- развивать силу, ловкость;</li> <li>- закрепления знаний о спортивных мячах;</li> <li>- формирование представления о свойствах мяча (форма, цвет, размер, масса), основ безопасного поведения с мячом в быту, социуме, природе.</li> </ul>		-8шт.), массажные мячи, волейбольный мяч, баскетбольный мяч, теннисный мяч, набивной мяч, футбольный мяч, тряпичный мяч, соломенный мяч.
Занятие 7 -8	<p>Продолжить развивать умение бросать мяч вверх и ловить после хлопка. Упражнять в прокатывании мяча донной и двумя руками между предметами, метании мяча в цель. Воспитывать дружеские взаимоотношения, развивать ловкость, глазомер.</p>	<p>Разминка. Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Зайцы» прыжки на двух ногах, на сигнал «Зайцы разбежались!» бег враспынную, на сигнал «Аист!» встать на одну ногу, руки на пояс. Задание чередовать. Ходьба в колонне по одному. Броски мяча вверх и ловля его после хлопка 10 раз подряд. Прокатывание мяча одной рукой и двумя руками между предметами (ширина 90-40см., длина 3-4м.). Метание мяча в корзину, стоящую на полу (расстояние 2,5м). П/и «Ловишка с мячом»</p>	Мячи по количеству детей фишки (6 -8 шт.),3 -4 корзины, обруч.
Декабрь Занятие 9 -10	Уметь бросать мяч об пол и ловить его двумя руками	Разминка. Ходьба в колонне по одному, ходьба на пятках руки на поясе, ходьба приставным шагом боком, бег друг за другом,	Мячи по количеству детей, свисток, 2шт.

	<p>не менее 10 раз подряд. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. Воспитывать настойчивость, выносливость.</p>	<p>ходьба в колонне по одному. Броски мяча об пол и ловля его 2 руками на месте (не менее 10 раз подряд). Броски мяча об пол и ловля 2 руками в движении (не менее 10 раз). Перебрасывание мяча друг другу из и.п. стоя, сидя Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока об пол. П/и «Ловишка с мячом».</p>	<p>фишки.</p>
<p>Занятие 11 -12</p>	<p>Упражнять в забрасывании мяча в корзину, перекачивании набивного мяча друг другу, в ловле мяча после поворота кругом. Развивать координацию движений, внимание, глазомер.</p>	<p>Разминка. см. занятие 10 -9 Забрасывание мяча в корзину, способом снизу, от груди. Перекачивание набивного мяча друг другу. Ударить перед собой мяч, повернуться кругом, поймать мяч. П/и «Кого назвали, тот и ловит».</p>	<p>Мячи по количеству детей, корзины (3 -4 шт.), набивные мячи на полгруппы детей.</p>
<p>Январь Занятие 13 - 14</p>	<p>Уметь бросать и мягко ловить мяч в парах разными способами, упражнять в метании мяча из – за головы, в метании через волейбольную сетку. Развивать ловкость, внимание, глазомер.</p>	<p>Разминка. Ходьба в колонне по одному, с выполнением упражнений для рук по сигналу (руки в сторону, за голову, на пояс), прыжки между предметами, ходьба в колонне по одному, бег между предметами, ходьба обычная. Перебрасывание мяча сидя и стоя друг к другу. Перебрасывание мяча друг другу в разных построениях (парами, тройками). Перебрасывание мяча через сетку. Метание набивного мяча из-за головы. П/и «Гонка мячей».</p>	<p>Мячи по количеству детей, набивные мячи по количеству детей, сетка, свисток.</p>

Занятие 15 -16	<p>Уметь отбивать мяч одной рукой на месте, останавливать мяч по сигналу свистка.</p> <p>Упражнять в быстрой смене движений, забрасывании мяча в кольцо.</p> <p>Развивать ловкость, быстроту, глазомер.</p>	<p>Разминка. см. занятие 13 -14</p> <p>Отбивание мяча правой и левой рукой на месте.</p> <p>Бросок мяча об стенку и ловля его.</p> <p>Отбивание мяча правой и левой рукой в движении (5 – 6 м.).</p> <p>Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.</p> <p>Забрасывание мяча в ворота.</p> <p>П/и «Лови – не лови».</p>	<p>Мячи по количеству детей, сетка, свисток, баскетбольные кольца, ворота 2шт.</p>
Февраль Занятие 17 - 18	<p>Упражнять в перебрасывании мячей в парах разными способами.</p> <p>Развивать силу броска, точность движений, глазомер.</p>	<p>Разминка. Ходьба обычная, ходьба на носках, руки на поясе, ходьба приставным шагом боком, обычная ходьба, легкий бег, ходьба.</p> <p>Перебрасывание мяча через сетку в парах.</p> <p>Перебрасывание мяча одной рукой через сетку, ловля 2 руками.</p> <p>П/и «Мяч вдогонку», «Быстрый мячик».</p>	<p>Мячи по количеству детей разного размера, сетка, свисток.</p>
Занятие 19 - 20	<p>Уметь управлять своими движениями в разных игровых ситуациях и перебрасывать мяч друг другу в парах.</p> <p>Развивать координацию движений, чувство ритма, точности.</p>	<p>Разминка. см. занятие 17 -18</p> <p>Перебрасывание мяча в парах и ловля после отскока от пола, через сетку.</p> <p>Перебрасывание мяча из одной руки в другую.</p> <p>Подбрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками.</p> <p>П/и «Ловишка с мячом»</p>	<p>Мячи по количеству детей разного размера, свисток, сетка.</p>

<p>Март Занятие 21 - 22</p>	<p>Продолжать уметь правильно ловить мяч, удерживать кистями рук. Упражнять в произвольном действии с мячами. Познакомить с мячами - фитболами. Уметь правильно сидеть на фитболах. Развивать выносливость, координацию движений.</p>	<p>Разминка. Ходьба в колонне по одному, ходьба на пятках руки на поясе, ходьба приставным шагом боком, бег друг за другом с переходом на боковой галоп, ходьба в колонне по одному. Перебрасывание мяча стоя и сидя друг к другу. Сидя бросить мяч, вскочить на ноги и поймать мяч. Прокатывание фитбола между ориентирами. Упражнение с фитболами сидя, лежа. П/и «Лови – не лови».</p>	<p>Мячи по количеству детей большие резиновые, мячи – фитболы,</p>
<p>Занятие 23 - 24</p>	<p>Упражнять отбивать мяч двумя руками, стоя на месте, в ходьбе, регулировать силу рук. Совершенствовать навыки ведения мяча. Развивать выносливость, координацию движений, ловкость.</p>	<p>Разминка. см. занятие 21 -22 Отбивание мяча 2 руками с продвижением вперед, стоя на месте. Отбивание мяча правой, левой рукой в движении. Прокатывание в ворота набивного мяча друг другу руками. П/и «Сделай фигуру с мячом»</p>	<p>Мячи по количеству детей большие резиновые, набивные мячи на полгруппы, ворота высотой 40см.</p>
<p>Апрель Занятие 25 - 26</p>	<p>Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру. Отрабатывать мягкую ловлю мяча двумя руками с хлопком. Упражнять в прыжках на мячах - фитболах. Развивать ловкость,</p>	<p>Разминка. Ходьба в колонне по одному, ходьба на наружных сторонах стопы, ходьба с хлопком под коленом, бег между предметами, ходьба в колонне по одному. Перебрасывание мяча через сетку (в парах). Броски мяча вверх и ловля после хлопка. Прыжки на мячах – фитболах. Передача мяча в парах, тройках. П/и «Попади мячом в цель»</p>	<p>Мячи по количеству детей большие резиновые, сетка, мячи – фитболы, корзины.</p>

	быстроту, внимание, координацию движений.		
Занятие 27 -28	Отрабатывать плавные движения при ведении мяча правой, левой рукой при ходьбе «змейкой». Упражнять в перебрасывании мяча разными способами., бросании и ловле мяча после хлопка. Развивать равновесие, координацию движений	Разминка. см. занятие 25 -26 Отбивание мяча правой, левой рукой в движении, «змейкой». Перебрасывание мяча друг другу в парах способом снизу, от груди, из – за головы. Броски мяча вверх, поймать мяч после хлопка. Свободные упражнения с мячом. П/и «Догони мяч»	Мячи по количеству детей, фишки, кегли (6 -8шт.), свисток.
Май Занятие 29 - 30	Закрепить движения кисти руки при броске мяча в баскетбольную корзину. Упражнять в метании набивного мяча на дальность, перебрасывании друг другу Развивать глазомер, ловкость, точность.	Разминка. Ходьба друг за другом, ходьба на носках руки вверх, ходьба на пятках руки на поясе, ходьба в полуприседе руки на коленях, ходьба приставным шагом боком руки на поясе, легкий бег врассыпную, ходьба друг за другом. Забрасывание мяча в баскетбольную корзину (с 3 шагов). Метание набивного мяча на дальность. Перебрасывание набивного мяча друг другу (расстояние 2 – 2,5м.). П/и «Вышибалы».	Мячи по количеству детей, баскетбольные корзины, набивные мячи, свисток.
Занятие 31 -32	Диагностика.	Диагностическая методика на выявление уровня усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом. Индивидуальная работа с детьми.	

Итоговое	«Праздник мяча»		
----------	-----------------	--	--

### Календарно - перспективный план занятий подготовительная группа

Тема	Содержание	Материал
Сентябрь Диагностика.	Диагностическая методика на выявление уровня усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом. Индивидуальная работа с детьми, родителями, педагогами. Подготовка условий реализации программы.	Мячи по количеству детей
Октябрь	Девиз «Мяч помощник нам в игре – ты бери его везде!»	
Занятие 1 – 2 Задачи. Уметь вести мяч, продвигаясь вперед. Совершенствовать навыки ловли – передачи мяча. Упражнять в метании в цель умениями быстро реагировать на сигналы.	Перебрасывать мяч друг другу любым способом. «Сбей кеглю». Учить сбивать кеглю любым способом. Ведение мяча на месте, не глядя на него. Дети выполняют задания, построившись полукругом. Воспитатель показывает флажки разного цвета, дети должны, не останавливаясь, посмотреть и сказать, какого цвета флажок. Ведение мяча правой и левой рукой, продвигаясь произвольно по площадке. Подвижная игра «Займи свободный кружок с мячом». Игра «Съедобный- несъедобный».	Мячи по количеству детей, кегли (8 – 10шт.), свисток, флажки 3 цветов, обручи на каждого ребенка.
Занятие 3 – 4 Задачи. Закреплять умение детей вести мяч по прямой, упражнять в ловле – передаче мяча. Способствовать развитию координации движений, ловкости.	1. Разминка. см. занятие 1 -2 2.Ведение мяча правой, левой рукой, продвигаясь бегом после свистка – смена руки. 3. Ведение мяча попеременно правой и левой рукой (2-3 шага одной рукой, 2-3 шага другой рукой). 4. Игра «Мотоциклы» Игра «Мяч водящему». (3-4 раза)	Мячи по количеству детей, красный и зеленый флажки, свисток.
Ноябрь		

<p>Занятие 5 - 6</p> <p>Формировать ловкость действия с мячом, совершенствовать ведения мяча в беге. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка. Ходьба в колонне по одному, ходьба на пятках руки на поясе, ходьба приставным шагом боком, бег друг за другом с переходом на боковой галоп, ходьба в колонне по одному.</li> <li>2. Ведение мяча по кругу друг за другом правой и левой рукой, свободно продвигаясь по площадке</li> <li>3. Броски мяча в корзину с места.</li> <li>4. Игра «Мы идем и мячи разные несем»</li> </ol> <p>Малоподвижная игра «Будь внимателен»</p>	<p>Мячи по количеству детей, свисток, 1 корзина.</p>
<p>Занятие 7 – 8</p> <p>Задачи. Упражнять детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения. Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка. см. занятие 5 - 6</li> <li>2. Ведение и передача мяча друг другу.</li> <li>3. Свободная игра с мячом на площадке.</li> <li>4. Игра «Кто быстрее»</li> </ol>	<p>Мячи по количеству детей, свисток, 12 кеглей, красный и зеленый флажки, кубик.</p>
<p>Декабрь</p>		
<p>Занятие 9 – 10</p> <p>Задачи. Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, упражнять детей применять разные сочетания действий с мячом в игре. Развивать глазомер. Воспитывать смелость и решительность.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка. Ходьба в колонне по одному, ходьба на наружных сторонах стопы, ходьба с хлопком под коленом, бег между предметами, ходьба в колонне в колонне по одному.</li> <li>2. Броски мяча в корзину с места.</li> <li>3. Катание мяча в цель.</li> <li>4. Игра «Скажи, какой цвет»</li> </ol> <p>Подвижная игра «Займи свободный кружок».</p>	<p>Мячи по количеству детей, свисток, корзины, 3 флажка разного цвета, 5 кеглей.</p>
<p>Занятие 11 – 12</p> <p>Задачи. Упражнять детей в бросании мяча через сетку одной рукой, подбрасывание мяча вверх с поворотом кругом и ловле его после</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка. См. занятие 9 – 10</li> <li>2. Бросание мяча через сетку одной рукой от плеча.</li> <li>3. Передача и ловля мяча.</li> <li>4. Подбрасывание мяча вверх с поворотом кругом и ловля его после того, как он ударится о пол (6-8 раз).</li> </ol>	<p>Малые мячи и большие мячи по количеству детей, сетка,</p>

отскока о пол. Способствовать развитию координации движений и ловкости. Быстро реагировать на зрительные сигналы.	5. Игра «Ловишки с мячом».	
Январь		
Занятие 13 – 14 Задачи. Упражнять в прокатывание мяча, ведение мяча, поворачиваясь вокруг себя, двигаясь по кругу. Способствовать развитию координации движений и ловкости. Развивать глазомер.	1. Разминка. Ходьба в колонне по одному, с выполнением упражнений для рук по сигналу (руки в сторону, за голову, на пояс), прыжки между предметами, ходьба в колонне по одному, бег между предметами, ходьба обычная. 2. Прокатывание мяча через ворота. 3. Отработка ведения мяча на месте, поворачиваясь вокруг себя или двигаясь по маленькому кругу, выбирают момент для передачи мяча 4. Игра «Брось догони»	Ворота 3шт. мячи по количеству детей, фишки 5 -6 шт., веревка. 2 стойки.
Занятие 15 – 16 Задачи. Упражнять в бросание мяча вдаль, в перебрасывание мяча, забрасывание его в кольцо. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.	1. Разминка. см. занятие 13 – 14 2. Бросание мяча обеими руками из-за головы вдаль и ловля его. Повторить 3-4 раза. 3. Перебрасывание мяча в разных направлениях. 4. Ведение мяча правой и левой рукой и броски в кольцо. 5. Игра «Шмель»	Мячи по количеству детей, баскетбольное кольцо
Февраль		
Занятие 17 – 18 Задачи. Упражнять детей в бросание и ловле мяча, в бросание мяча в корзину. Совершенствовать бросание мяча в корзину. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.	1. Разминка. Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Зайцы» прыжки на двух ногах, на сигнал «Зайцы разбежались!» бег враспынную, на сигнал «Аист!» встать на одну ногу, руки на пояс. Задание чередовать. Ходьба в колонне по одному. 2. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками в парах. 3. Эстафета бросков мяча в корзину. 4. Игра «Гонка мячей по кругу»	Мячи по количеству детей, корзины, свисток.
Занятие 19 – 20	1. Разминка. см. занятие 17 -18	Мячи по количеству

<p>Задачи. Упражнять детей в отбивании мяча о пол двумя руками, подбрасывании мяча вверх и ловле после удара о пол. Развивать ловкость, внимание, ориентировку в пространстве.</p>	<p>2. Удары мячом о пол двумя руками. Мяч бросать о пол не сильно, чтобы он не отскакивал высоко. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его после того, как он ударится о пол. 4. Катание мяча двумя руками, наклонившись. 5. Игра «Мяч в корзину»</p>	<p>детей, корзины.</p>
<p>Март</p>		
<p>Занятие 21 – 22 Задачи. Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, уметь применять разные сочетания действий с мячом в игре. Воспитывать смелость и решительность.</p>	<p>1. Разминка. Ходьба друг за другом, ходьба на носках руки вверх, ходьба на пятках руки на поясе, ходьба в полуприседе руки на коленях, ходьба приставным шагом боком руки на поясе, легкий бег врассыпную, ходьба друг за другом. 2. Бросание мяча в стену и ловля его после отскока. 3. Перебрасывание мяча друг другу стоя, сидя на пятках от груди, снизу. 4. Метание мяча на дальность от исходной линии. 5. Игра «Сделай фигуру с мячом»</p>	<p>Мячи по количеству детей, свисток.</p>
<p>Занятие 23 -24 Задачи. Совершенствовать умение в ведение мяча, ловле его. Упражнять в метание мяча. Способствовать воспитанию выдержки, смелости, развитию глазомера</p>	<p>1. Разминка. см. Занятие 21 - 22 2. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками 3. Ведение мяча по заданному направлению (вперед, назад, справа, слева) 4. Катание мяча в цель. 5. Игра «Играй, играй, мяч не теряй»</p>	<p>Мячи по количеству детей, 5 кеглей, свисток.</p>
<p>Апрель.</p>		
<p>Занятие 25 – 26 Задачи. Упражнять в ведении мяча на месте, бросание мяча одной рукой от плеча. Способствовать воспитанию выдержки, смелости,</p>	<p>1. Разминка. Ходьба на носках и пятках между предметами, прыжки через предметы, бег с перешагиванием через предметы, ходьба друг за другом. 2. Ведение мяча на месте одной и двумя руками. 3. Бросание мяча через сетку одной рукой от плеча.</p>	<p>Мячи по количеству детей, сетка, кубики (6 – 8 шт.)</p>

развитию глазомера.	4. Свободная игра с мячом на площадке. Индивидуальная работа с детьми. Обработка различных техник владения мячом. 5. Игра «Быстрый мячик»	
Занятие 27 – 28 Задачи. Упражнять детей умению координировать действия с мячом между собой, размещаться по всей площадке, выйти на свободное место для получения мяча.	1. Разминка. см. Занятие 25 – 26 1. Передача мяча противоположно стоящему партнеру с продвижением приставным шагом в сторону. Задание выполняется в правую и левую сторону. 2. Задание тоже, но включает ведение мяча, сначала ребенок ведет мяч 2-3 шага вперед, затем перебрасывает его стоящему напротив партнеру. Тот повторяет то же самое. Упражнение повторяется 3-4 раза. 4. Игра «Мяч капитану». Малоподвижная игра «Гонка мячей по кругу».	Мячи по количеству детей
Май		
Занятие 29 – 30 Задачи. Упражнять детей в разных действиях с мячом, формировать умения применять их в разных ситуациях. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве. Уметь творчески применять действия с мячом, выбирать соответствующие способы их выполнения.	1. Разминка. 2. Ведение мяча на месте, попеременно правой и левой рукой. 3. Ведение мяча шагом, затем бегом, свободно передвигаясь по площадке. 4. Броски мяча в корзину с места двумя руками от груди. Бросать мяч с разных точек и разного расстояния. 5. Игра «Закати мяч в обруч»	Мячи по количеству детей, 2 – 3 обруча, свисток.
Занятие 31 – 32 Итоги.	Диагностическая методика на выявление уровня усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом. Индивидуальная работа с детьми.	Мячи по количеству детей.

Итоговое	«День мяча»	
----------	-------------	--

***Диагностическая методика на выявление уровня усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом (Ориентировочные показатели физической подготовленности детей 5 -7 лет по М.А. Руновой).***

Диагностика проводится два раза в год (сентябрь – май).

Для оценки двигательных умений и навыков используются качественные и количественные показатели.

Метод диагностики: тестовые задания на выявление уровня владения мячом.

Оценка показателей уровня владения мячом.

*Низкий уровень.* Неуверенно выполняет упражнения с мячом, допускает много ошибок. Не соблюдает заданный темп и ритм работы с мячом.

*Средний уровень.* Технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом, иногда допускает незначительные ошибки. Не совсем уверенно и точно соблюдает заданный темп и ритм работы с мячом.

*Высокий уровень.* Уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом.

Тестовые задания:

*Старшая группа*

- Бросание:

Броски мяча вверх и ловля его двумя руками:

не менее 10 раз - высокий уровень

от 5 до 10 раз - средний уровень

менее 5 – низкий уровень

Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля двумя руками:

не менее 6 раз – высокий уровень

от 5 до 3 раз – средний уровень

менее 2 – низкий уровень

Бросание мяча вверх и ловля его после хлопка:

не менее 10 раз – высокий уровень  
от 5 до 10 раз – средний уровень  
менее 5 – низкий уровень

- Отбивание:

Отбивание мяча об пол двумя руками:

не менее 10 раз подряд – высокий уровень  
от 5 до 10 раз – средний уровень  
менее 5 – низкий уровень

Отбивание правой – левой рукой на месте:

не менее 4 - 6 раз подряд – высокий уровень  
от 5 до 3 раз – средний уровень  
менее 3 раз – низкий уровень

- Забрасывание:

Забрасывание мяча в корзину, стоящую на полу (с расстояния 3м):

не менее 3 раза подряд – высокий уровень  
не менее 2 раз подряд – средний уровень  
1 раз – низкий уровень

Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо:

не менее 3 раза подряд – высокий уровень  
не менее 2 раз – средний уровень  
1 раз – низкий уровень

- Метание:

Метание мяча вдаль до указанных ориентиров 5 -9м

более 9м – высокий уровень  
5 – 9м – средний уровень  
1 – 5м – низкий уровень

Метание мяча в вертикальную цель с расстояния 3 -4 м, центр мишени на высоте 1м

3 раза – высокий уровень

2 раза – средний уровень

1 раз - низкий уровень

*Подготовительная группа.*

- Бросание:

Броски мяча вверх и ловля его двумя руками:

не менее 20 раз – высокий уровень

от 10 до 5 раз – средний уровень

менее 5 – низкий уровень

Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля двумя руками:

не менее 10 раз – высокий уровень

от 4 до 6 раз – средний уровень

менее 3 – низкий уровень

Бросание мяча вверх и ловля его после хлопка:

не менее 10 раз – высокий уровень

от 5 до 10 раз – средний уровень

менее 5 – низкий уровень

- Отбивание:

Отбивание мяча об пол двумя руками:

не менее 10 раз подряд – высокий уровень

от 5 до 10 раз – средний уровень

менее 5 – низкий уровень

Отбивание правой – левой рукой на месте:

не менее 10 раз подряд – высокий уровень

от 4 до 6 раз – средний уровень

менее 3 раз – низкий уровень

- **Забрасывание:**

Забрасывание мяча в корзину, стоящую на полу (с расстояния 3м):

не менее 5 раз подряд – высокий уровень

от 5 до 3 раз – средний уровень

менее 3 – 1 низкий уровень

Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо:

не менее 5 раз подряд – высокий уровень

от 5 до 3 раз – средний уровень

менее 3 – низкий уровень

- **Метание:**

Метание мяча вдаль до указанных ориентиров 6 – 12м

12м – высокий уровень

от 6 до 12м – средний уровень

от 1 до 5м – низкий уровень

Метание мяча в вертикальную цель с расстояния 4 -5 м

3 раз подряд – высокий уровень

2 раз – средний уровень

1 раз – низкий уровень

Образец протокола обследования усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом.

Дата. \_\_\_\_\_

Ф.И. ребенка \_\_\_\_\_

Группа. Старшая группа

Виды движений с мячом

бросание			отбивание		забрасывание		метание	
бросание мяча вверх и ловля его двумя	бросание малого мяча вверх и ловля	бросание мяча вверх и ловля его после	отбивание мяча одной рукой на месте (кол – во	отбивание мяча двумя руками на месте (кол –	забрасывание мяча в корзину, стоящую на	забрасывание в баскетбольное кольцо (кол – во	метание в вертикальную цель (кол – во	Метание теннисного мяча на

руками (кол – во раз)	его двумя (кол – во раз)	хлопка (кол – во раз)	раз)	во раз)	месте (кол – во раз)	раз)	раз)	дальность (м)

Мониторинг по определению уровня усвоения программы

(первый год обучения).

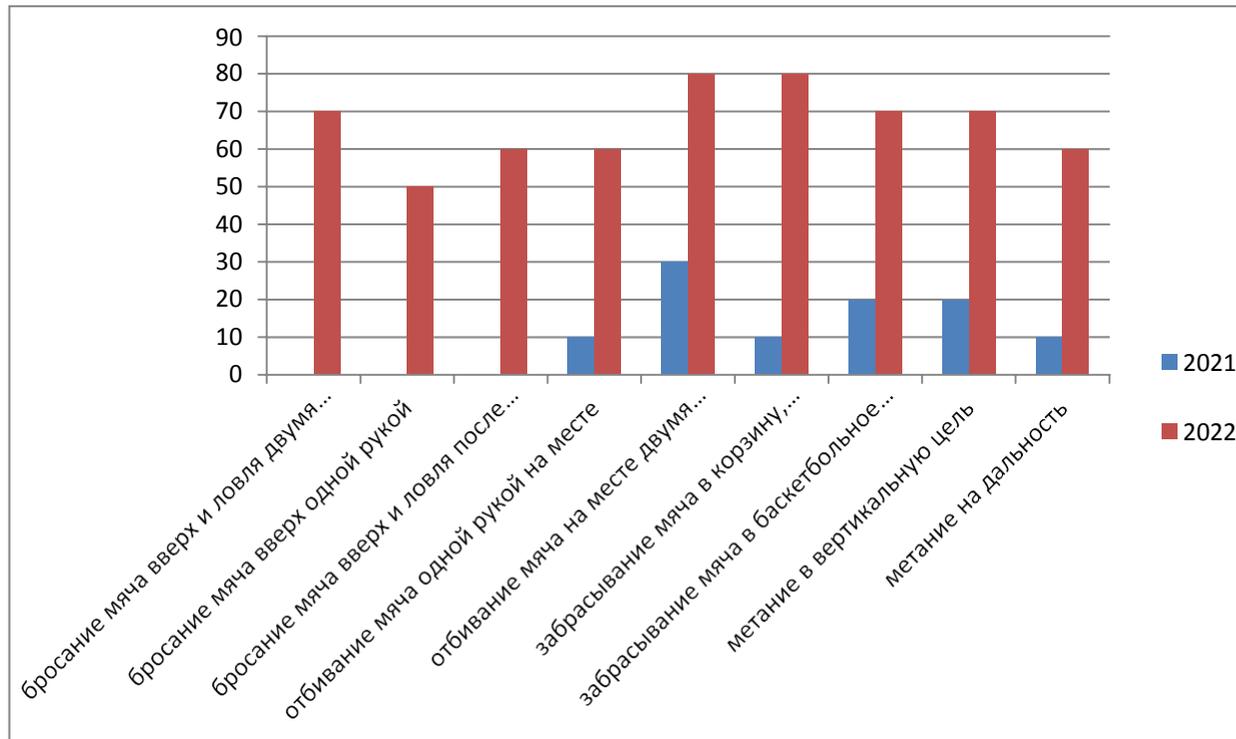
2021 - 2022г.

Старшая группа.

Обследуемых детей - 10детей.

	Вид движения с мячом																	
	бросание						отбивание				забрасывание				метание			
	бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (кол – во раз)		бросание малого мяча вверх и ловля его двумя (кол – во раз)		бросание мяча вверх и ловля его после хлопка кол –во раз)		отбивание мяча одной рукой на месте (кол – во раз)		отбивание мяча двумя руками на месте (кол – во раз)		забрасывание мяча в корзину, стоящую на месте (кол – во раз)		забрасывание в баскетбольное кольцо (кол – во раз)		метание в вертикальную цель (кол – во раз)		Метание теннисного мяча на дальность (м)	
	Сент.	Май	Сент.	Май	Сент.	Май	Сент.	Май	Сент.	Май	Сент.	Май	Сент.	Май	Сент.	Май	Сент.	Май
Кол – во детей высокого уровня, %	0, 0%	2, 20%	0, 0%	3, 30%	0, 0%	3, 30%	1, 10%	4, 40%	3, 30%	4, 40%	1, 10%	5, 50%	0, 0%	2, 20%	2, 20%	3, 30%	1, 10%	3, 30%
Кол – во детей среднего уровня, %	2, 20%	5, 50%	1, 10%	5, 50%	2, 20%	4, 40%	2, 20%	4, 40%	3, 30%	4, 40%	2, 20%	3, 30%	2, 20%	4, 40%	2, 20%	4, 40%	4, 40%	3, 30%
Кол – во детей низкого уровня, %	8, 80%	3, 30%	9, 90%	2, 20%	8, 80%	3, 30%	7, 70%	2, 20%	4, 40%	2, 20%	7, 70%	2, 20%	8, 80%	4, 40%	6, 60%	3, 30%	5, 50%	4, 40%

Мониторинг (высокого уровня) усвоения программы с мячом.



## Образовательные технологии реализации программы

Образовательная область	Методическое обеспечение
Физическое развитие	<p>1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» [Текст]: Книга для воспитателей детского сада. Э. Й. Адашкявичене.М.: Просвещение,1992.159с.</p> <p>2. Д.В.Хухлаева «Методика физического воспитания» в дошкольных учреждениях, Москва «Просвещение» 1984. 134с.</p> <p>3. Вавилова, Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать» М. Просвещение,1983г.83с.</p> <p>4. А.И. Фомина, «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду», М: Просвещение,1984,54с.</p> <p>5. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» - издательство НЦ ЭНАС, 2004.</p> <p>6. Николаева Н.И. Школа мяча [Текст]: учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений/ «Детство - Пресс», 2008- 96с.</p> <p>7. Осокина Т.И. «Физические упражнения и подвижные игры для дошкольников» [Текст]: / Т.И. Осокина, Е.А Тимофеева- Изд.2-е, доп., М., «Просвещение», 1971-210с.</p> <p>8.В.Г. Гришин «Игры с мячом и ракеткой», М: Просвещение, 1982,6 -41с, 86 – 95с.</p> <p>9.Э.Я.Степаненкова «Физическое воспитание в детском саду», для занятий с детьми 2 – 7 лет, Издательство Мозаика– Синтез Москва 2005г.,18 – 31с.</p>

	<p>Э. Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр с 2 – 7 лет, Издательство Мозаика– Синтез Москва 2005г.,</p> <p>Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика, комплексы упражнений» для занятий с детьми 3 – 7 лет, Издательство Мозаика– Синтез Москва 2014г.,</p> <p>Т.А. Тарасова «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста, Творческий центр Сфера, Москва 2005.</p> <p>Картотека игр с мячом</p>
--	--

**Основные движения с мячом, используемые в работе с детьми.**

Бросок мяча:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- вниз и ловля его после отскока;</li> <li>- вверх и ловля его обеими руками;</li> <li>- вверх и ловля его после отскока от пола;</li> <li>-вверх и ловля после хлопка;</li> <li>- вверх одной рукой и ловля двумя</li> </ul>
Перебрасывание мяча:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- перебрасывание способом (снизу, от груди, из – за головы);</li> <li>- перебрасывание правой/левой рукой, ловля его двумя руками;</li> <li>- ходьба с перебрасыванием мяча из правой руки влевую руку;</li> <li>- перебрасывание через сетку, натянутую выше головы ребенка (способом снизу, от груди, из – за головы)</li> </ul>
Передача мяча:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- по кругу вправо, влево произвольным способом;</li> <li>- двумя руками от груди, стоя на месте парами;</li> <li>- двумя руками от груди при движении парами;</li> <li>- в шеренге по кругу (вправо, влево);</li> <li>- в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны</li> </ul>
Отбивание мяча:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- одной рукой и ловля его двумя руками;</li> <li>- правой рукой, ловля – левой и наоборот.</li> <li>- отбивание мяча на месте правой/левой рукой</li> <li>-отбивание двумя руками на месте, с продвижением вперед</li> </ul>
Ведение мяча:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- на месте правой/левой рукой;</li> <li>- вокруг себя; - с продвижением шагом;</li> <li>- с изменением направления движения, скорости передвижения, высоты отскока мяча;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- правой/левой рукой, с остановкой по сигналу;</li> <li>- ведение двумя руками, остановка и ведение мяча дальше.</li> </ul>
Забрасывание мяча:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- в баскетбольное кольцо.</li> <li>- в корзину, стоящую на полу, одной рукой</li> </ul>
Метание мяча:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- вдаль</li> <li>- в вертикальную цель</li> </ul>

Приложение №2

**Правила безопасности во время проведения игр с мячом.**

Виды игр	Правила безопасности
<p><b><i>Игры «с догонялками»:</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- смотреть в направлении своего движения;</li> <li>- исключать стопорящие остановки;</li> <li>- чтобы избежать столкновения с другими играющими, осторожно замедлять скорость бега или останавливаться;</li> <li>- не толкать в спину впереди бегущих.</li> </ul>
<p><b><i>Игры с мячом:</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- не бросать мяч в голову играющего;</li> <li>- соизмерять силу броска мячом в игроков с расстоянием до них;</li> <li>- следить за перемещением игроков и мяча по площадке;</li> <li>- не мешать овладеть мячом игроку, который находится ближе к нему;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- не вырывать мяч у игрока, который первый овладел им;</li><li>- не падать и не ложиться на пол с целью увернуться от мяча;</li><li>- ловить мяч захватом двумя руками снизу.</li></ul>
<b>Эстафеты:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- не начинать эстафету без сигнала взрослого;</li><li>- выполнять эстафету по своей дорожке;</li><li>- если инвентарь оказался на полосе другой команды, осторожно забрать его, вернуться на свою полосу и продолжить выполнять задание;</li><li>- не выбегать преждевременно из строя, пока предыдущий игрок не закончил выполнять задание и не передал эстафету касанием руки;</li><li>- после передачи эстафеты встать в конец колонны своей команды;</li><li>- во время эстафеты не выходить из строя, не садиться и не ложиться на пол.</li></ul>

**Карточка №5 подготовительная****Игра «Ловишка с мячом»**

**Задача.** Упражнять детей в метании мяча в цель, развивать глазомер.

**Методические приемы:**

- показ двигательного элемента;
- объяснение;
- словесная инструкция;
- звуковой сигнал;
- зрительный ориентир

**Ход игры:**

Дети стоят по кругу. Ловишка в центре круга, у его ног лежат два мяча. Ловишка проделывает ряд движений: подскоки, наклоны. Приседания, хлопки и т.д. Играющие повторяют за ним эти движения. По сигналу инструктора «Беги из круга!» дети разбегаются в разные стороны, а ловишка быстро берет мячи и бросает, стараясь попасть в убегающих детей. По сигналу инструктора: «Раз, два, три в круг скорей беги!» дети снова образуют круг, выбирается новый ловишка, игра продолжается. В конце игры подводится итог, кто из ловишек был самым метким.

**Правила.** Ловишка берет мяч после сигнала.

**Оборудование.** Несколько малых мячей.

**Карточка №6 подготовительная****Игра «Мяч водящему»**

**Задача.** Уметь перебрасывать мяч друг другу на расстоянии, так, чтобы мяч не упал.

**Методические приемы:**

- объяснение, показ;
- использование зрительных ориентиров;
- использование физкультурного оборудования;
- считалка

**Ход игры:**

Провести две линии, расстояние между ними 2 -3м. Играющие, становятся за первую линию, напротив них за вторую линию, становится водящий. Водящий бросает мяч ребенку, стоящему в колонне первым, тот ловит и возвращает мяч водящему и перебегает в конец колонны, все играющие продвигаются вперед, к исходной линии подходит следующий игрок. Когда все дети бросят мяч, выбирают нового водящего.

**Правила.** Игру можно провести с элементом соревнования. В этом случае играющим удобно встать в несколько колонн и выбрать столько же водящих. Если игроки роняют мяч, водящий бросает его повторно, но из – за этого колонна теряет время.

**Оборудование.** Мячи большого или среднего диаметра, шнуры, мел.

### Карточка №9 старшая

#### Эстафеты, элементы соревнований

#### «Кто больше забросит мячей в корзину»

**Задача.** Упражнять детей в бросание мяча в цель (корзина), развивать глазомер, ловкость.

#### **Методические приемы:**

- звуковой сигнал;
- объяснение, пояснение содержание игры;
- уточнение элементов движения;
- зрительный ориентир;
- использование физкультурного оборудования

#### **Ход игры:**

Дети делятся на команды. Каждая команда становится на расстоянии 2м. от цели. У первых каждой колонны в руках мяч. Подается сигнал, по которому первые в колонне бросают мячи, стараясь попасть в корзину. По очереди эти действия выполняют все, стоящие в колонне, т. е. вся команда. Выигрывает та команда, которая больше забросит в корзину мячей.

**Варианты.** Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не забросят мячи.

**Правила.** Передача эстафеты осуществляется легким прикосновением до ладони или плеча принимающего ее. Не разрешаются резкие движения.

**Оборудование.** Мячи, корзины, мел или шнур.

### Карточка №5 старшая

#### Эстафеты, элементы соревнований

#### «Забрось мяч в кольцо»

**Задача.** Развивать точность попадания мяча в цель, ловкость.

#### **Методические приемы:**

- использование зрительных ориентиров
- объяснение, пояснение
- непосредственная помощь ребенку
- указание местоположения играющих

#### **Ход игры:**

Дети делятся на команды по 5 -6 игроков. Каждая команда становится на расстоянии 2м от кольца. У первых каждой колонны в руках мяч.

Инструктор подает сигнал, по которому первые в колонне бросают мяч, стараясь попасть в кольцо. Каждый, бросив мяч, ловит его и передает его следующему в колонне, возвращается из – под кольца бегом, обегая кегли. По очереди эти действия повторяют вся команда. Выигрывает та команда, которая в установленное время забросит в кольцо больше мячей.

**Правила.** Передача эстафеты осуществляется легким прикосновением до ладони или плеча принимающего ее. Не разрешаются резкие движения.

**Оборудование.** Кегли, баскетбольное кольцо, мячи.