

Принято:
Педагогическим советом
МБДОУ Д/с № 36
от «01» августа 2024 г.
протокол № 1

Согласовано:
Советом родителей
МБДОУ Д/с № 36
«01» августа 2024 г.
протокол № 1

Утверждено:
Приказом заведующего
МБДОУ Д/с № 36
«01» августа 2024 г.
№ 01/1475
Т.А. Ножкина



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №36»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

физкультурно-спортивной направленности

«ШКОЛА МЯЧА»

для детей 4-5 лет.



Автор:

Бормотова Л.Н.

2024г

1

2024г

Содержание.

| | |
|--|-------|
| Пояснительная записка | 2 |
| I.Целевой раздел . | 3 |
| 1.1.Цель и задачи программы | 3 |
| 1.2. Принципы и подходы программы. | 3 |
| 1.3. Значимые для реализации программы характеристики. | 3 |
| 1.4. Характеристики особенностей развития детей | 4 |
| 1.5. Планируемые результаты освоения программы | 4 |
| II Содержательный раздел | 5 |
| 2.1.Описание образовательной деятельности | 5 |
| 2.2. Календарно-тематический план для детей 4-5 лет | 6-11 |
| III. Организационный раздел | 12 |
| 3.1. Этапы реализации программы. | 12 |
| 3.2. Формы обучения. | 12 |
| 3.3.Материально – техническое обеспечение программы. | 13 |
| 3.4. Технические средства обучения. | 13 |
| 3.5.Список литературы. | 14 |
| Приложение. | 14-19 |

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии:

- Федеральным законом «№ 273 от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17.10.2013г.);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 N 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.2660-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»;
- Конвенцией ООН о правах ребенка (1989); - Приказом МО РФ и МЗ РФ Государственного комитета РФ по физической культуре и спорту, РАО N2715/227/166/19 от 16.07.2002 г. «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях РФ»,
- Программой «Школа мяча» Н.И. Николаевой;
- Уставом ДОО;
- Положением о рабочей программе педагогов дошкольной образовательной организации. Данная программа написана на основании программы «Физическая культура дошкольникам» Л.И. Пензулаевой и элементами программы «Школа мяча» Н.И. Николаевой.

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах деятельности с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Актуальность программы:

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

Для удовлетворения потребности детей в двигательной активности в детском саду необходимо организовывать занятия по интересам физкультурно-спортивной направленности. Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании, отбивании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом различного объёма 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.

Систематические игры и упражнения с мячом активно влияют на совершенствование психических процессов: силы, уравновешенности, подвижности. Совместное выполнение упражнений с мячом (в парах, втроём, в кругу) – прекрасная школа приобщения ребёнка к коллективу. В играх, которые проводятся в команде, он учится слаженно работать с партнёрами. Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры. Поэтому упражнения с мячом занимают одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми и стали основой для составления данной программы. Программа обеспечивает достижения воспитанниками готовности к школе, а именно необходимый и достаточный уровень развития ребёнка для успешного освоения им в дальнейшем основной общеобразовательной Программой начального общего образования по предмету «Физическая культура».

I. Целевой раздел.

1.1. Цель программы - Овладение детьми действиями с мячом на более высоком уровне, умением играть в спортивные игры с мячом, развитие у дошкольников «чувства мяча».

Задачи:

Оздоровительные:

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

Образовательные:

- познакомить детей с историей, правилами и элементами спортивных игр: баскетбол, пионербол, волейбол, футбол;
- учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

Развивающие:

- развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;
- формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, забрасывание в корзину, подача мяча, блокирование, ведение мяча ногами, удар по воротам и умение применять их в игровой ситуации;
- развивать способность действовать мячом на достаточно высоком уровне.

Воспитательные:

- формировать общую культуру личности детей, в том числе ценности здорового образа жизни; - воспитывать умение подчинять свою деятельность

сознательно поставленной цели; -воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

1.2. Принципы и подходы:

-поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства,

-реализация программы в формах, специфических для детей дошкольного возраста, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности,

-принцип индивидуально-дифференцированного подхода; индивидуализации дошкольного образования,

-принцип гармоничности образования,

-поддержка инициативы детей в различных видах деятельности,

-сотрудничество Организации с семьёй,

-возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития),

-приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

1.3. Значимые для реализации программы характеристики:

ловкость, быстрота, выносливость, ориентация в пространстве.

1.4. Характеристики особенностей развития детей: Возраст от четырех до

пяти лет – это средний дошкольный период. Он является очень важным этапом в жизни ребенка. Это период интенсивного развития и роста детского организма. На данном этапе существенно меняется характер ребенка, активно совершенствуются познавательные и коммуникативные способности. Существуют специфические возрастные особенности детей 4–5 лет по ФГОС, которые просто необходимо знать родителям, чтобы развитие и воспитание дошкольника было гармоничным. А это значит, что малыш по мере взросления всегда найдет общий язык со своими сверстниками.

Физические возможности ребенка значительно возрастают: улучшается координация, движения становятся все более уверенными. При этом сохраняется постоянная необходимость движения. Активно развивается моторика, в целом средний дошкольник становится более ловким и быстрым по сравнению с младшими. Нужно отметить, что возрастные особенности детей 4–5 лет таковы, что физическую нагрузку нужно дозировать, чтобы она не была чрезмерной. Это связано с тем, что мышцы в данный период растут хоть и быстро, но неравномерно, поэтому ребенок быстро устает.

Следовательно, малышам необходимо давать время для отдыха. Что касается темпов физического развития, то с 4 до 6 лет они существенно не меняются.

В среднем ребенок подрастает за год на 5–7 см и набирает 1,5–2 кг веса. Происходят рост и развитие всех органов и систем детского организма.

1.5. Планируемые результаты освоения программы.

Ребёнок выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание).

Ребёнок умеет перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения, сидя ноги скрестно, через сетку.

Ребёнок может бросать мяч вверх, о пол, ловить его двумя руками (не менее 10 раз), одной рукой (не менее 5 раз), с хлопками, с поворотами.

Ребёнок легко отбивает мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении, перебрасывает набивные мячи.

Ребёнок владеет метанием на дальность (6-12 м) левой и правой рукой; метанием в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя); метанием в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м); метанием в движущуюся цель.

Ребёнок освоил элементы спортивных игр:

Баскетбол

-умеет передавать мяч друг другу (двумя руками от груди.

-умеет перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди

-умеет ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди.

-умеет забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча,

-умеет вести мяч одной рукой.

Волейбол

-умеет производить подачу надувного мяча одной рукой снизу, сверху,

-выполняет простейшие правила игры.

Футбол

-умеет передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте,

-умеет вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

1.3 Система оценки результатов освоения программы

Метод диагностики:

тестовые задания на выявление уровня владения мячом.

Критерии оценки выполнения:

3 балла – правильное выполнение движений, навык сформирован и автоматизирован;

2 балла – неправильное выполнение после третьего движения, есть отдельные изолированные движения, но навык не автоматизирован;

1 балл – ребёнок не может выполнить задание уже на втором движении;
0 баллов – отказ от выполнения движения.

Диагностика по определению уровня усвоения программы

| № | Фамилия, имя ребенка | Виды движений | | | | | | | | | Сумма баллов, уровень |
|---|----------------------|----------------------------|---------|----------------------------|-----------------------------------|----------------------|------------------------|----------------------|----------------------------|-------------------|-----------------------|
| | | бросание | | отбивание | | метание | | | забрасывание | | |
| | | Вверх И ловля двумя руками | В парах | Двумя руками Стоя на месте | Одной рукой с продвижением вперед | В гориз. Цель с R 5м | В вертикал. Цель с R4м | В даль Не Менее 6 м. | В корзину, Стоящую на полу | В корзину баскет. | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |

Высокий уровень – от 22 до 27 баллов. Средний уровень – от 13 до 21 балла.
Низкий уровень – от 0 до 12 баллов.

II Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности

На занятиях и вне занятий:

- проведение бесед об истории и правилах спортивных игр с мячом;
- демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах игры и т.д., просмотр мультфильмов на спортивную тематику, видеороликов;
- освоение детьми техники игры в баскетбол, футбол, волейбол, состоящую из двух видов действий:
движения, которые выполняются без мяча или с мячом в руках без передачи его партнёру (стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения);
- перемещение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами;
- применение мелких предметов для развития мелких мышц рук;
- использование различных видов мячей для ОРУ;
- использование дыхательных упражнений;
- проведение ритмической гимнастики;
- использование упражнений на расслабление.

Календарно-тематический план для детей 4-5 лет

| Задачи | октябрь | Занятие 1-2 | Занятие 3-4 |
|--------|---|--|--|
| | <p>1.Познакомить детей с различными видами мячей, с историей возникновения мяча.</p> <p>2.Учить сочетать замах с броском при метании.</p> <p>3.Развивать глазомер, точность движения.</p> <p>4. Соблюдать правила игры с мячом.</p> <p>5. Выявить исходные данные психомоторного развития ребёнка.</p> | <p>МОНИТОРИНГ 1 Часть: Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен. Бег. Подскоки и прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Ходьба.</p> <p>2 Часть: ОРУ с массажным мячом. Упр-е для кистей рук с попрыгунчиком. П/И «Брось - догони». П/И «Подбрось - поймай». Дых. упр-е «Носик балуется».</p> <p>3 Часть: Презентация «Мячик, мячик, ты откуда?»</p> | <p>1 Часть: Ходьба с заданием для рук, подскоки и прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Ходьба.</p> <p>2 Часть: ОРУ с большим мячом. Упр-е для кистей рук с мячиком для пинг-понга. ОВД 1.Катание мяча «змейкой» между предметами. 2.Бросание малого мяча вверх и ловля его одной рукой. П/И «Попади в цель». П/И «Шмель». Дых. упр-я «Смешинка» «Шарик лопнул». 3 Часть: Релаксация «Пляж» «Волшебный сон»</p> |
| Задачи | | 5-6 занятие | 7-8 занятие |
| | <p>1.Учить отбивать мяч о пол двумя руками, стоя на месте; прокатывать с горки; подбрасывать и ловить с хлопком в ладоши.</p> <p>2.Учить сохранению правильной осанки при выполнении упражнений.</p> <p>3.Побуждать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата, стремлению к качественному выполнению движения.</p> | <p>1 Часть: Ходьба приставным шагом боком, прямо. Бег «покажи пятки». Ходьба.</p> <p>2 Часть: ОРУ с малым резиновым мячом. Упр-е для кистей рук с брусочком. ОВД 1.Отбивание мяча о пол двумя руками, стоя на месте. 2.Прокатывание мяча с горки. П/И «Мяч сквозь обруч». П/И «Ловишки с мячом». Дых. упр-я «Подуй на листик» «Летят мячи».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Змейки греются на солнышке» «Опавшие листики»</p> | <p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Весёлая клоунада». 2 Часть: ОРУ с надувным мячом. Упр-е для кистей рук с пластмассовым массажным мячиком. ОВД 1.Подбрасывание мяча вверх и ловля его с хлопком. 2.Самостоятельные игры с мячами. П/И «Мяч среднему». П/И «Быстрый мячик». Дых. упр-я «Ветер и листья» «Ёжик». 3 Часть: Релаксация «Ковёр – самолёт» (3) Просмотр мультфильма «Топчумба» (4).</p> |

| Ноябрь задачи | 1-2 занятие | 3-4 занятие |
|--|---|--|
| <p>1.Учить бросать и ловить мяч друг другу из положения сидя;</p> <p>2.Познакомить со спортивными играми с мячом.</p> <p>3.Воспитывать желание заниматься в команде.</p> | <p>1 Часть: Ходьба семенящим шагом, широким шагом, с поворотом кругом. Подскоки, боковой галоп. Ходьба.</p> <p>2 Часть: ОРУ с малым пластмассовым мячом. Упр-е для кистей рук со шнурком. ОВД</p> <p>1.Бросание и ловля мяча друг другу из положения сидя. П/И «Ловкая пара». П/И «Мяч вдогонку». Дых. упр-я «Каша кипит» «Дует ветер».</p> <p>3 Часть: Релаксация</p> | <p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Антошка».</p> <p>2 Часть: ОРУ с фитболом. Упр-е для кистей рук с карандашом. ОВД</p> <p>1.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (10 раз подряд).</p> <p>2.Прокатывание мяча по полу между предметами «змейкой», до ориентира, вокруг ориентиров. П/И «Мяч в кругу». П/И «Догони мяч». Дых. упр-я «Лесной воздух» «Маятник».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Тёплая ванна» (3) Презентация «Виды спорта»</p> |
| задачи | 5-6 занятие | 7-8 занятие |
| <p>1.Продолжать учить детей бросать мяч через сетку.</p> <p>2.Учить детей играм с элементами футбола и волейбола.</p> <p>3.Развивать физические качества (быстроту, силу, ловкость). 4.Воспитывать чувство товарищества.</p> | <p>1 Часть: Ходьба гимнастическим шагом. Бег враспынную с остановкой по сигналу. Ходьба.</p> <p>2 Часть: ОРУ с воздушным шариком. Упр-е для кистей рук с брусочком. ОВД</p> <p>1.Метание мяча в движущуюся цель правой и левой рукой.</p> <p>2.Бросание мяча друг другу через сетку. П/И «Волейбол с воздушными шарами». П/И «Не упусти шарик». Дых упр-я «Обед» «Насос».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Подводный мир</p> | <p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Мы маленькие дети».</p> <p>2 Часть: ОРУ с футболом. Упр-е для кистей рук с цилиндром. ОВД</p> <p>1.Удерживание мяча на голове как можно дольше.</p> <p>2.Отбивание мяча коленом. П/И «Мы – футболисты». Дых. упр-я «Художники» «Дятел».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Аромапалочка». Просмотр видеоролика с урока физкультуры учеников начальной школы .</p> |

| | | |
|---|---|--|
| | океана», «У лесного ручья» . | |
| Декабрь задачи | 1-2 занятие | 3-4 занятие |
| <p>1.Учить детей бросать мяч вверх и ловить его с поворотом кругом; бросать мяч друг другу с хлопком; отбивать мяч двумя руками, шагая в прямом направлении и сохраняя равновесие; метать малый мяч в верт. цель.</p> <p>2.Учить соблюдать правила игры.</p> <p>3.Воспитывать внимательность и заботу друг к другу.</p> | <p>1 Часть: Ходьба с заданием для рук, ходьба «пингвин». Бег «лошадки». Ходьба. 2 Часть: ОРУ со средним мячом. Упр-е для кистей рукс попрыгунчиком. ОВД 1.Бросание мяча вверх и ловля его с поворотом кругом. 2.Бросание мяча друг другу с хлопком. П/И «Закати мяч в обруч». П/И «Передай мяч». Дых. упр-я «На турнике» «Подуй на снежинку».</p> | <p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Барби». 2 Часть: ОРУ с воздушным шаром. Упр-е для кистей рук с брусочком. ОВД 1.Отбивание мяча о пол двумя руками, продвигаясь вперёд шагом в прямом направлении (R-5м). 2.Метание малого мяча в верт. цель (h-2 м). П/И «Не упусти шарик». П/И «Мяч об пол». Дых. упр-я «Хлопушка» «Молодцы». 3 Часть: Релаксация.</p> |
| задачи | 5-6 занятие | 7-8 занятие |
| <p>1.Учить бросать мяч друг другу и при ловле делать поворот; метать мячи разного веса правой левой рукой; отбивать мяч о стенку разными способами; метать мяч в горизонт. цель.</p> <p>2.Развивать физические качества (настойчивость, решительность, целеустремлённость).</p> | <p>1 Часть: Ходьба в парах, с высоким подниманием колен. Медленный бег. Ходьба. 2 Часть: ОРУ с цветным клубком. Упр-е для кистей рук с пластмассовым массажным мячиком. ОВД 1.Бросание мяча друг другу и ловля его с поворотом кругом. 2.Метание вдаль мячей разного веса и размера правой и левой рукой. П/И «Кати в цель». П/И «Ловкая пара». Дых. упр-я «Дровосек» «Ах!». 3 Часть: Релаксация «Снежинки» (1) «В царстве Снеж</p> | <p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Буратино». 2 Часть: ОРУ с малым резиновым мячом. Упр-е для кистей рук с цилиндром. ОВД 1.Отбивание мяча о стенку с хлопком, с поворотом, отскоком от пола. 2.Забрасывание малого мяча в напольную корзину. П/И «Подвижная мишень». П/И «Быстрый мячик». Дых. упр-я «Вырасти большой» «Стёклышко». 3 Часть: Релаксация «Сказочный сон» (3) Просмотр мультфильма «Неженка» (4)</p> |

| Январь задачи | 1-2 занятие | 3-4 занятие |
|---|---|--|
| <p>1.Учить бросать мяч друг другу и ловить его в движении; с отскоком от пола; прокатывать мяч правой и левой ногой, сохраняя равновесие.</p> <p>2.Развивать глазомер.</p> <p>3.Воспитывать желание радоваться успехам и сопереживать неудачам товарищей.</p> | <p>1 Часть: Ходьба «змейкой» поперёк зала, на корточках. Бег «верёвочка». Ходьба.</p> <p>2 Часть: ОРУ с малым пластмассовым мячом. Упр-е для кистей рук со шнурком. ОВД</p> <p>1.Бросание мяча друг другу и ловля его в движении.</p> <p>.Прокатывание мяча правой и левой ногой между предметами. П/И «Попади в ворота». П/И «Мяч по дорожке». Дых. упр-я «Мыльные пузыри» «Апчхи!». 3 Часть: Релаксация «Спящий котёнок» (1) «Звёздочки на небе» (2).</p> | <p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Cocolate».</p> <p>2 Часть: ОРУ со средним мячом. Упр-е для кистей рук с карандашом. ОВД</p> <p>1.Бросание мяча друг другу и ловля его с отскоком от пола. Метание мяча в горизонт. цель. П/И «Мяч в корзину». П/И «Ловишки с мячом». Дых. упр-я «Гармошка» «Партизаны». 3 Часть: Релаксация «Сосульки тают» (3) Просмотр мультфильма «Упрямый ослик»</p> |
| | 5-6 занятие | 7-8 занятие |
| <p>Учить отбивать мяч одной рукой; прокатывать его ногой между предметами; перебрасывать друг другу через шнур.</p> <p>2. Развивать физические качества (быстроту, силу, ловкость).</p> <p>3.Поддерживать интерес к различным видам спорта.</p> | <p>Часть: Ходьба на носках, пятках. Бег с высоким подниманием колен «лошадки». Ходьба.</p> <p>2 Часть: ОРУ с фитболом. Упр-е для кистей рук с брусочком. ОВД</p> <p>1.Отбивание мяча одной рукой (правой и левой), продвигаясь вперёд.</p> <p>2.Прокатывание мяча правой и левой ногой между предметами. П/И «Догони мяч». П/И «Ловкая пара». Дых. упр-я «Обед» «Насос». 3 Часть: Релаксация «Подводный мир» «У лесного ручья»</p> | <p>Часть: Ритмическая гимнастика «Знаменитое кантри».</p> <p>2 Часть: ОРУ с воздушным шаром. Упр-е для кистей рук с цилиндром. ОВД</p> <p>1.Забрасывание мяча в баскетбольную корзину.</p> <p>2.Перебрасывание мяча друг дугу через шнур. П/И «Мяч навстречу мячу». П/И «Успей поймать». Дых. упр-я «Художники» «Дятел».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Ароматпалочка» (3) Просмотр мультфильма «С бору по сосенке»</p> |
| Февраль задачи | 1-2 занятие | 3-4 занятие |
| <p>1.Учить элементам</p> | <p>1 Часть: Ходьба спиной</p> | <p>1 Часть: Ритмическая</p> |

| | | |
|---|---|---|
| <p>спортивных игр с мячом. 2.Развивать мелкую моторику рук. 3.Воспитывать положительные качества личности (инициативность, самостоятельность, активность).</p> | <p>вперёд, парами. Бег с выбрасыванием прямых ног вперёд. Ходьба. 2 Часть: ОРУ с надувным мячом. Упр-е для кистей рук с пластмассовым массажным мячом. ОВД 1.Отбивание мяча о стенку с хлопком, поворотом, отскоком от пола. 2.Перебрасывание мяча через шнур в парах (элементы пионербола). П/И «Послушный мяч». «Полёт в космос». 3 Часть: Релаксация «Волшебный сон» «Тайны космоса»</p> | <p>гимнастика «Детская танцевальная». 2 Часть: ОРУ с цветным клубком. Упр-е для кистей рук с мячиком для пингпонга. ОВД 1.Перебрасывание мяча через сетку в парах. П/И «Ты катись, катись, наш мячик». Дых. упр-я «Ныряльщики» «Осы». 3 Часть: Релаксация «Путешествие на облаке» .</p> |
| | 5-6 занятие | 7-8 занятие |
| <p>1.Продолжать учить детей выполнять упражнения с мячом в парах. 2.Развивать красоту, плавность движений под музыку. 3.Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнований.</p> | <p>Часть: Ходьба парами, с заданиями для рук. Бег «покажи пятки». Ходьба. 2 Часть: ОРУ с пластмассовым малым мячом. Упр-е для кистей рук со шнурком. ОВД 1.Бросание мяча друг другу с хлопком, с отскоком, от груди, из-за головы. 2.Прокатывание мяча ногами по прямой с попаданием в воротца. П/И «Волейбол с воздушными шарами». П/И «Не упусти шарик». Дых. упр-я «Мыльные пузыри» «Апчхи!». 3 Часть: Релаксация «Спящий котёнок» (1) «Звёздочки на небе»</p> | <p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Intro». 2 Часть: ОРУ со средним мячом. Упр-е для кистей рук с карандашом. ОВД 1.Прокатывание мяча ногами «змейкой» между предметами. 2.Прокатывание мяча ногами с передачей друг другу. П/И «Кто быстрее». П/И «Попади в цель». Дых. упр-я «Гармошка» «Партизаны». 3 Часть: Релаксация «Сосульки тают» (3) Просмотр мультфильма «Болек и Лёлек. Зимняя Олимпиада» .</p> |
| МАРТ задачи | 1-2 занятие | 3-4 занятие |
| <p>1.Учить детей метать мяч в горизонтальную цель; вдаль с нескольких шагов.</p> | <p>1Часть: Ходьба широким и мелким шагом. Бег с изменением темпа.</p> | <p>Ходьба с высоким подниманием колен, с перекатом с пятки на</p> |

| | | |
|--|--|--|
| <p>2.Развивать глазомер, двигательную активность детей. 3.Воспитывать желание заниматься спортом</p> | <p>Ходьба. 2 Часть: ОРУ с массажным мячом. Упр-е для кистей рук с попрыгунчиком. ОВД 1.Катание мяча в заданном направлении. 2.Метание малого мяча в горизонт. цель правой левой рукой с R 3 м. П/И «Горизонтальная мишень». П/И «Точный удар». Дых. упр-е «Носик балуется» 3 Часть: Релаксация «Пляж»</p> | <p>носок. Бег мелким и широким шагом. Ходьба. 2 Часть: ОРУ с большим мячом. Упр-е для кистей рук с мячиком для пинг-понга. ОВД 1.Метание вдаль малого мяча с нескольких шагов. 2.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. П/И «Попади и поймай». П/И «Мяч навстречу мячу». Дых. упр-я «Смешинка» «Шарик лопнул». 3 Часть: Релаксация «Волшебный сон» (3) Презентация «Как стать спортсменом»</p> |
| <p>1.Учить детей метать мяч в цель из разных исходных положений. 2.Развивать физические качества (быстроту, ловкость, выносливость). 3.Воспитывать красоту, грациозность движений.</p> | <p>5-6 занятие Часть: Ходьба приставным шагом вправо и влево. Боковой галоп. Ходьба. 2 Часть: ОРУ с малым резиновым мячом. Упр-е для кистей рук с брусочком. ОВД 1.Метание в цель из разных исходных положений: стоя на коленях, сидя, лёжа. 2.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. П/И «Не упусти мяч». П/И «Догони мяч». «Летят мячи». 3 Часть: Релаксация «Змейки греются на солнышке»</p> | <p>7-8 занятие Часть: Ритмическая гимнастика «Дождя не боимся». 2 Часть: ОРУ с надувным мячом. Упр-е для кистей рук с пластмассовым массажным мячиком. ОВД 1.Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой. 2.Прыжки с зажатым между коленями мячом. П/И «Закати мяч». П/И «Выстрели мячом». Дых. упр-я «Ветер и листья». 3 Часть: Релаксация «Ковёр – самолёт» (3) Просмотр мультфильма «Спортландия» .</p> |
| <p>АПРЕЛЬ задачи</p> | <p>1-2 занятие</p> | <p>3-4 занятие</p> |
| <p>1.Учить метать мяч</p> | <p>1 часть Ходьба с</p> | <p>1 часть Ритмическая</p> |

| | | |
|---|---|---|
| <p>правой и левой рукой, отбивать мяч о пол, двигаясь «змейкой». 2.Развивать глазомер, учить принимать правильную стойку при забрасывании мяча в корзину. 3.Воспитывать стремление детей объединяться в команды для подвижных игр по собственному предпочтению.</p> | <p>высоким подниманием колен. Бег «змейкой» поперёк зала. Ходьба. 2 Часть: ОРУ с малым пластмассовым мячом. Упр-е для кистей рук со шнурком. ОВД 1.Метание мяча на дальность 2.Отбивание мяча о пол, двигаясь «змейкой» между предметами. П/И «Ловишки с мячом». П/И «Не задень мяч». Дых. упр-я «Каша кипит» «Ветер дует». 3 Часть:Релаксация «Аромапалочка»</p> | <p>гимнастика «Амана кукарела». 2 Часть: ОРУ с фитболом. Упр-е для кистей рук с карандашом. ОВД 1.Бросание мяча от груди, через голову. 2.П/И «Стоп». П/И «Гонка мячей по кругу». Дых. упр-я «Лесной воздух» «Маятник». 3 Часть: Релаксация «Тёплая ванна».</p> |
| | 5-6 занятие | 7-8 занятие |
| <p>1.Учить детей выполнять движения под ритмичную музыку. 2.Продолжать учить подбрасывать мяч и ловить его с поворотом кругом. 3.Развивать двигательную активность детей. 4.Воспитывать чувство товарищества.</p> | <p>1 Часть: Ходьба спиной вперёд, с заданием для рук. Бег с захлёстыванием голени. Ходьба. 2 Часть: ОРУ со средним мячом. Упр-е для кистей рук с попрыгунчиком. ОВД 1.Бросание мяча друг другу и ловля его с поворотом кругом. 2.Отбивание мяча о пол двумя руками, продвигаясь вперёд бегом. П/И «Мяч по кочкам». П/И «Играй, играй, мяч не теряй». Дых. упр-я «На турнике» «Подуй на снежинку». 3 Часть: Релаксация «Звери спят».</p> | <p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Мы маленькие дети». 2 Часть: ОРУ с воздушным шариком. Упр-е для кистей рук с брусочком. ОВД 1.Бросание мяча друг другу с хлопком, с поворотом, с отскоком от пола. П/И «Проведи мяч». П/И «Поймай мяч». Дых. упр-я «Хлопушка» «Молодцы». 3 Часть: Релаксация «Фея сна».</p> |
| <p>МАЙ задачи</p> | 1-2 занятие | 3-4 занятие |
| <p>1.Учить детей метать мяч в горизонт. цель; бросать и ловить мяч от стены</p> | <p>1 Часть: Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег с</p> | <p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Позитив». 2 Часть: ОРУ с цветным</p> |

| | | |
|--|---|--|
| <p>разными способами. 2.Развивать двигательную активность детей и глазомер. 3.Учить метать мяч разного веса и размера. 4.Воспитывать волевые качества личности (целеустремлённость, выдержку).</p> | <p>преодолением препятствий. Ходьба. 2 Часть: ОРУ с малым резиновым мячом. Упр-е для кистей рук с пластмассовым массажным мячиком. ОВД 1.Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперёд. 2.Метание вдаль мячей разного веса и размера правой и левой рукой. П/И «Не упусти шарик». П/И «Послушный мяч». Дых. упр-я «Дровосек» «Ах!». 3 Часть: Релаксация «Цветы распускаются»</p> | <p>клубком. Упр-е для кистей рук с цилиндром. ОВД 1.Бросание и ловля мяча от стены с разными заданиями: с отскоком от пола, с поворотом кругом, с перепрыгиванием через отскочивший мяч. 2.Отбивание мяча о пол, продвигаясь по кругу. П/И «Мяч по дорожке». П/И «Ты катись, катись, наш мячик». Дых. упр-я «Вырасти большой» «Стёклышко». 3 Часть: Релаксация «Сказочный сон» Просмотр мультфильма «Необыкновенный матч».</p> |
| | 5-6 занятие | 7-8 занятие |
| <p>1.Развивать двигательную активность. 2.Воспитывать положительные эмоции. 3.Определить уровень владения мячом.</p> | <p>1 Часть: Ритмическая гимнастика 2 Часть: ОРУ с большим мячом. Упр-е для кистей рук с попрыгунчиком. ОВД Самостоятельные игры с мячами. Дых. упр-я «Сирень» «Песенка». 3 Часть: Релаксация «Цветы распускаются» «Загораем»</p> | <p>Физкультурный досуг совместно с родителями «Мы - спортсмены»</p> |

| № | Раздел | Кол-во | Теоретико-практический | Практический |
|---|--|--------|------------------------|--------------|
| 1 | Возрастные характеристики возможных достижений ребенка | 1 | | 1 |
| 3 | Броски мяча | 6 | | 6 |
| 4 | Подбрасывание мяча | 4 | | 4 |
| 5 | Перебрасывание мяча в парах | 4 | | 4 |

| | | | | |
|----|---------------------------------|----|--|----|
| 6 | Перебрасывание мяча через сетку | 4 | | 4 |
| 7 | Отбивание мяча | 5 | | 5 |
| 8 | Забрасывание мяча в корзину | 5 | | 5 |
| 11 | Метание мяча | 4 | | 4 |
| | Итого | 36 | | 36 |

III. Организационный раздел

3.1. Этапы реализации программы.

Образовательная деятельность в рамках рабочей программы «Школа мяча» рассчитана на один год.

Обучение дошкольников в «Школе мяча» проходит поэтапно. На каждом занятии навыки владения мячом дети осваивают и закрепляют через игровую деятельность. Объяснения для детей сопровождаются показом и выполнением взрослым необходимых действий с мячом. Известно, что в дошкольном возрасте в воспитании ребёнка доминирующую роль играют зрительные образы, поэтому любое словесное объяснение сопровождается наглядным показом взрослого и многократным повторением упражнений.

Обучение в «Школе мяча» состоит из трёх этапов:

начального, углубленного разучивания и совершенствования двигательных умений и навыков.

Этап начального обучения.

На этом этапе дети учатся простейшим действиям с мячом для развития координации движений, развивают умение следить за траекторией полёта мяча, вырабатывают быструю ответную реакцию на летящий мяч. Этап углубленного разучивания

На этом этапе дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом;

их действия принимают направленный и осознанный характер.

Этап углубленного разучивания упражнений характеризуется уточнением и совершенствованием техники выполнения. Этап закрепления и совершенствования двигательных знаний и навыков

Это этап закрепления полученных знаний, умений и навыков владения мячом в спортивных играх и эстафетах.

Этап совершенствования упражнений можно считать завершённым, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

3.2. Формы обучения.

Для обучения детей действиям с мячом организуются специальные занятия, которые имеют традиционную структуру и состоят из трёх частей:

1 Часть (вводная) включает в себя различные виды ходьбы и бега или комплекс ритмической гимнастики.

2 Часть (основная) состоит из комплекса ОРУ с разными видами мячей, упражнения для кистей рук с мелкими предметами, двух видов ОВД с мячами, подвижных игр и дыхательных упражнений.

3 Часть (заключительная) организовывается в виде релаксации или просмотра презентаций, видеороликов, мультфильмов.

3.4. Формы подведения итогов реализации программы

- итоговые занятия;
- соревнования;
- игры, эстафеты;
- оформление фотостенда;
- физкультурные досуги.

3.3. Материально – техническое обеспечение программы.

Для реализации программы «Школа мяча» в детском саду имеется музыкальный зал, совмещенный со спортивным, с нанесённой на полу разметкой. Оборудование соответствует требованиям программы.

Спортивный инвентарь:

1. Мячи: -резиновые (малые, средние, большие) (по 12 шт.);
 - малые пластмассовые (12 шт.);
 - массажные резиновые (12 шт.)
 - баскетбольные (3 шт.)
 - волейбольные (2 шт.)
 - футбольные (2шт.)
2. Воздушные шарики (12 шт.)
3. Цветные клубки (12 шт.)
4. Мелкие предметы для развития кисти руки: -мячики для пинг-понга - пластмассовые массажные мячики -мячики для большого тенниса
5. Баскетбольные корзины (2 шт.)
6. Напольные корзины (4 шт.)
7. Шнур для натягивания (2шт.)
8. Волейбольная сетка (1 шт.)
9. Футбольные ворота (2 шт.)
10. Обручи (10 шт.)
11. Кубики (20 шт.)
12. Кегли (20 шт.)

13. Гимнастические скамейки (2 шт.)
14. Мишени (2 шт.)
15. Коврики (12 шт.)
16. Свисток (2 шт.)

3.4 Технические средства обучения:

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

3.5 Список литературы.

1. Адашквичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М., 1983.
2. Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду. М., 1990.
4. Вавилова Е.Н. Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать. М., 1983.
5. Гришин В.Г. Игры с мячом и ракеткой. М., 1982.
6. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. Творческий центр, Москва 2009 г.
7. Николаева Н.И. «Школа мяча». М., 2008.
8. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с дошкольниками. М., 1988.
9. Полтавцева Н.В. Гордова Н.А. Физическая культура в дошкольном детстве.
10. Могрунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж 2007 г.
11. Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом. Санкт-Петербург «Детство-Пресс» 2008 г.
12. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду. Москва 2008 г.
13. Картушина М.Ю. Физкультурные спортивные занятия. Творческий центр 2012 г.
14. Железнова Е.Р. Оздоровительная гимнастика и подвижные игры. «Детство –Пресс» 2013 г.
15. Гулидова Т.В., Осипова Н.А. Взаимодействие детского сада с семьей в физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольников. Издательство «Учитель» 2016 г.

Приложение

Подвижные игры

Брось – догони. Натянуть верёвку 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 верёвку, догоняют их и поднимают вверх. Выигрывает поднявший мяч первым.

Подбрось – 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 другу мяч 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 даёт три очка, а во все остальные обручи – по одному. Выигрывает тот, кто наберёт условленное количество очков.

Шмель. Играющие сидят по кругу. Внутри круга по полу перекачивается 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 ребёнок. 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 скорей 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 запямят мяч, пропускает игру. Целиться нужно в 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 вернётся к водящему от последнего игрока, он поднимает его вверх. Выигрывает команда, раньше закончившая 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 уйдёшь от наших рук.»

Ловкая пара.

На полу выкладываются 6 линий, параллельных одна другой, на расстоянии 1 м. Дети встают в две шеренги друг против друга между третьей и четвёртой линией. На сигнал «начали» каждая пара играющих по три раза подряд перебрасывает друг другу мяч. Если при этом мяч не упал, один из партнёров переходит за следующую линию (делает шаг назад) и расстояние между ними увеличивается. Если кто-либо из пары уронил мяч, надо считать снова. После трёх 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 раздаёт 2-3 детям мячи. По сигналу «Мяч вдогонку!» дети начинают быстро передавать мячи друг другу. Если у одного ребёнка окажется два мяча сразу, он выбывает из игры. После повторения игры ребёнок играет снова.

Проведи мяч.

На полу выкладываются в ряд 8 кубиков на расстоянии 1,5 м один от другого. Играющий проводит мяч ногой по дорожке, обходя кубики то справа, то слева.

Поймай мяч.

Дети распределяются по трое. двое из них становятся на расстоянии 2-3 м и перебрасывают мяч друг другу. Третий встаёт и старается поймать мяч или коснуться его рукой. Передал – садись. Играющие становятся в две колонны. Впереди каждой на расстоянии 1 м в кружках водящие, у них по мячу. По сигналу каждый водящий бросает первому в своей колонне. Поймав мяч, ребёнок перебрасывает его водящему и садится на пол. Водящие бросают мяч вторым, затем третьим играющим и т.д. Получив мяч от последнего игрока своей команды, водящий поднимает его вверх, а все участники его команды быстро вскакивают. Выигрывает команда, водящий которой первым поднял мяч и все дети успели быстро подняться.

Кто быстрее?

Двое игроков стоят напротив друг друга на расстоянии 10 м. Между ними в кругу стоит высокий кубик. Дети стараются сбить его мячом. Тот, кому это

удалось, передвигает кубик на один шаг ближе к себе. Выигрывает тот, кто ближе переставит кубик к себе.

Волейбол с воздушными шарами.

Натянуть верёвку на высоте 1,5 м. связать вместе два воздушных шара, в которые можно влить по несколько капель воды. По обеим сторонам от верёвки находятся команды, по 3-5 детей в каждой. Играющие отбивают шары, стараясь перегнать их на сторону противника и не давая упасть на своей стороне.

Быстро отвечай.

Дети стоят в кругу. В центре взрослый с мячом. Он по очереди задаёт каждому ребёнку вопрос, например: «Как зовут твою маму?» или «Какое число следующее после пяти?» и т.д. Затем бросает ребёнку мяч, он быстро отвечает на вопрос и бросает мяч обратно взрослому. В случае, если ребёнок не отвечает в течение 5 сек., он передаёт мяч соседу и вопрос переадресовывается ему.

Дыхательные упражнения

Носик балуется. На вдохе ребёнок оказывает сопротивление воздуху, надавливая большим и указательным пальцами одной руки на крылья носа.

Смешинка.

Сделать глубокий вдох и на выдохе произносить: «Ха-ха-ха-ха-ха!».

Шарик лопнул.

Широко развести руки в стороны и глубоко вдохнуть носом, выдуть его в воображаемый шарик через рот «ф-ф-ф...», медленно соединяя ладони под шариком. Затем по хлопку ведущего шарик лопается – дети хлопают в ладоши, произнося: «ш-ш-ш...».

Подуй на листик.

Сделать глубокий вдох и подуть на воображаемый листик на ладони.

Летят мячи.

Стоя, руки с мячом подняты вверх. Бросить мяч от груди вперёд. При этом на выдохе произнести: «Ух-х-х-х!».

Ветер и листья.

После вдоха задержать дыхание и на выдохе, раскачивая поднятыми руками, продолжительно произнести: «ф-ф-ф-ф», затем на одном выдохе произнести несколько раз «п-п-п», делая ступенчатый выдох, постепенно опуская руки вниз.

Ёжик.

Сидя на коврике, ноги вместе, руки в упоре сзади. Согнуть ноги в коленях и подтянуть их к груди, медленный выдох на звуке «ф-ф-ф-ф». Выпрямить ноги -вдох.

Каша кипит.

Сидя, одну руку положить на живот, другую на грудь. Втянуть живот и набрать воздух в грудь, опустить грудь (выдыхая воздух) и выпятить живот (выдох), громко произносить: «пых-х-х-х-х !»

Ветер дует.

Изобразить завывания осеннего ветра: «у-у-у-у-у». Громко (сильный ветер), тихо (слабый ветер).

Лесной воздух.

Подышать лесным воздухом: вдох носом, выдох ртом. Маятник. Стоя, н.ш.п. палку держать за спиной на уровне нижних углов лопаток. Наклонять туловище в стороны. При наклоне – выдох, произносить: «тух-х-х-х....».

На турнике.

Стоя, палку держать перед собой. Поднять палку вверх, подняться на носки – вдох, палку опустить назад на лопатки – выдох. На выдохе произносить: «ш-ш-ш-ш...».

Подуй на снежинку.

Выполнить глубокий вдох, длинным выдохом подуть на воображаемую снежинку на ладошке.

Хлопушка.

Стоя, н.ш.п. руки в стороны. Сделать глубокий вдох носом, резкий наклон – выдох, произнести: «хлоп!». Молодцы. Сделать вдох, задержать дыхание. На выдохе произнести: «мо-лод-цы!».

Дровосек.

Стоя, н.ш.п. руки над головой в замке. Сделать глубокий вдох носом. Резкий наклон – выдох, произнести: «у-у-у-у-у-х!». Ах! Сделать вдох, задержать дыхание, на выдохе произнести: «а-а-а-а-х!». Вырасти большой. Стоя, руки вверх. Хорошо потянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки, опуститься на ступню – выдох, произнести: «у-у-у-х-ты!».

Стёклышко.

Сделать вдох, открытым ртом выполнить выдох, как бы подышать на замёршее окошко.

Мыльные пузыри.

Сделать вдох, на выдохе надувать воображаемый мыльный пузырь, сложив губы трубочкой. Апчхи! Выполнить вдох, вдыхая воздух толчками: «а-а-а». Выполнить выдох, произнести: «пчхи!».

Гармошка.

Положить руки на рёбра, сделать вдох и на выдохе произнести: «ш-ш-ш», как бы выжимая воздух из лёгких.

СПОРТИВНОЕ РАЗВЛЕЧЕНИЕ.

«Разноцветный быстрый мяч»

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

Инвентарь: мячи, набивные мячи.

Дети заходят в зал под музыку и садятся на скамейки.

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

(Дети читают стихи).

1-й ребенок. Мячик новый есть у нас,

Мы играем целый час,

Я бросаю - ты поймай,

А уронишь - поднимай.

2-й ребенок.

До чего ж веселый мячик

Так и скачет, так и скачет.

Там, где нету потолка,

Он летит под облака. (Подбрасывают мяч и ловят его).

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

Ведущий: Давайте поиграем в игру «Мячик кверху».

Подвижная игра «Мячик кверху» Ведущий: Предлагаю провести соревнование. Эстафета «Гонка мячей».

Танец с мячами.

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

Игровое упражнение «Ловкая цапля». (Победит тот ребенок, кто дольше устоит на одной ноге). Ведущий: Молодцы, справились с заданием. Хочу вас пригласить на новую игру. Подвижная игра «У кого меньше мячей».

Перебрасывание мячей одной командой через сетку на поле другой. Побеждает та команда, на чьем поле окажется меньше мячей. Подведение итогов. Награждение сладкими призами. Мячи разные бывают. Спортивный зал празднично украшен, на стене таблица с изображениями спортивных мячей разных видов.

Инвентарь: мячи: баскетбольный, волейбольный, теннисный; бадминтон.

Дети входят в зал под музыку.

Их встречает Спортник.

Спортник: Очень рад увидеть вас, Но вот грустно мне сейчас. Чтоб меня развеселить, Надо мяч в игру пустить.

Ведущий: Не расстраивайся, Спортник, детям, наверное, интересно узнать, какие бывают мячи. Но сначала ответьте: для чего нужен мяч, из чего он может быть сделан, чем наполнен внутри? (ответы детей).

Ведущий: Правильно. Существуют разные виды спорта, которые имеют свой определенный мяч, соответствующей формы, веса, размера. Многие спортивные игры с мячом вы знаете, но есть и те, о которых вы никогда не слышали. Показ таблицы. (Рассказ о спортивных мячах, спортивных играх, как в них играют).

Спортник: Как жаль, что я не умею играть в эти спортивные игры, но я могу оживить мячи, которые у вас на таблице.

Ведущий: Ведущий. Хорошо, Спортник, но сначала нужно сделать небольшую разминку. Вставай с нами. Разминка под музыку с мячами среднего размера.

Ведущий: А вот теперь, Спортник и дорогие ребята, на соревнования стройтесь.

Спортник: Давайте, давайте. Раз-два-три - смотри! (Показывает баскетбольный мяч).

Что за мяч у меня? Какая спортивная игра с ним проводится? (Ответы детей).

1 эстафета: «Самые меткие». Дети ведут мяч «змейкой» и забрасывают в баскетбольное кольцо. Побеждает та команда, которая забросит больше мячей в кольцо. (Спортник достает волан и ракетку).

2 эстафета: «Не урони». Дети держат ракетку с воланом на вытянутой руке, идут по гимнастической скамейке, оббегают стойку и возвращаются обратно.

Ведущий: А вот этот мяч веселый - маленький и желтенький (теннисный).

3 эстафета: «Быстро поймай». Дети в парах передают друг другу мяч с отскоком от земли, обходя стойку. Спортсмен: Я хочу пригласить мальчиков для соревнования с этим мячом (доказывает футбольный мяч).

4 эстафета: «Футболисты». Дети в парах перекачивают мяч друг другу до стойки и обратно. Ведущий: А я приглашаю девочек. (Игра с волейбольным мячом).

5 эстафета: «Пингвины». Зажав волейбольный мяч между колен, девочки прыгают вокруг стоек.