

**Российская Федерация Иркутская область
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида №107»
Муниципального образования города Братска**

**665732, Иркутская область, г.Братск, ул. Рябикова, д.25
тел/факс 42-34-51, тел.:42-33-63, E-mail: dou-107@yandex.ru**

Принято на заседании
педагогического совета № 1
протокол №1 от 11 сентября 2019г



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «ДСКВ № 107»
Н.М. Кочерьгина
Приказ № 81-ОД от 12 сентября 2019г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
секции спортивных игр «Школа мяча»
для детей старшего дошкольного возраста**

Составитель
Савченко Светлана Викторовна
инструктор по физической культуре

Братск, 2019

Пояснительная записка

*Мяч – это рука ребёнка, развитие её напрямую
связано с развитием интеллекта.*

Мяч – круглый, как Земля, и в этом его сила!

С.А.Шмаков

Важным средством развития мелкой моторики рук служат игры и упражнения с предметами, поскольку именно предметно-манипулятивная деятельность лежит в основе развития двигательных функций рук. Ведущее место среди разнообразных и многочисленных заданий на развитие предметно-манипулятивной деятельности детей занимают упражнения с мячом.

Мяч имеет форму шара. Никакое тело другой формы не имеет большей поверхности соприкосновения с ладонью, это соприкосновение дает полноту ощущения формы. Упражнения в бросании способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Во время действий с мячом создаются условия для включения в работу левой руки, что важно для полноценного моторного развития детей.

Игры-упражнения с мячом развивают координацию движений, укрепляют мышцы плечевого пояса, развивают и укрепляют мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера, меткости. В играх с мячом развиваются физические качества: быстрота, прыгучесть, сила, ловкость. Такие игры благотворно влияют на работоспособность ребенка. Игры с мячами различного веса и объема увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей рук; при ловле и бросании мяча, ребенок действует обеими руками – это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы.

А систематические игры и упражнения с мячом активно влияют на совершенствование основных свойств нервной системы: силы, подвижности, уравновешенности.

Совместное выполнение движений (трое, четверо, в парах...) – прекрасная школа приобщения ребенка к коллективу, к деятельности «вместе». Особое место занимают игры – соревнования, эстафеты с мячом, которые развивают чувство ответственности, умение достойно проигрывать. Ведь не только положительные эмоции, но и отрицательные эмоции побуждают к выполнению точных, слаженных действий. Обучение элементам пионербола и волейбола способствуют воспитанию у

детей чувства коллективизма; настойчивости, решительности, целеустремленности; внимания и быстроты мышления; способности управлять своими эмоциями; совершенствованию основных физических качеств.

Игры с мячом активизируют не только двигательную, психическую деятельность детей, но и умственную. Упражнения с мячом способствуют развитию сенсорики, движений кистей, пальцев рук, что активизирует кору головного мозга в целом, и речевые центры в частности. Игры с мячом способствуют быстрому восстановлению умственной работоспособности.

Таким образом и возникла идея разработки дополнительной общеразвивающей программы «Школа мяча» для детей старшего дошкольного возраста, которая предусматривает разнообразные спортивные игры с мячом, а также ознакомление детей с элементами игр в волейбол и пионербол.

Данная программа основана на авторских разработках Э. Й. Адашкявичене, Л.И. Пензулаева.

Подчеркивая новизну содержания данной программы, нужно отметить следующее:

- Опору на дидактические принципы классической и современной дидактики (ФГОС ДО);
- Методологическую обоснованность концептуальных идей программы в контексте современных педагогических исследований;
- Соответствие структуры программы ФГОС (целевой, содержательный и организационный раздел, тематическое планирование образовательной деятельности и др.).

Цель программы: создание условий для развития физических качеств детей старшего дошкольного возраста в процессе освоения элементарной техники владения мячом, игры в пионербол и волейбол.

Задачи программы:

Образовательные

Совершенствовать двигательные навыки детей в спортивных играх с мячом; двигательный опыт посредством использования и освоения физических упражнений с мячом;

Воспитательные

воспитывать интерес к занятиям физическими упражнениями, воспитывать привычку к двигательной активности и здоровому образу жизни;

Развивающие:

Расширять и углубить представления детей о здоровьесбережении, о спортивных играх, техниках игры в волейбол и пионербол.

Отличительные особенности программы

Одной из главных задач, которую ставит Программа, является забота о сохранении и укреплении здоровья детей, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни, воспитание полезных привычек, в том числе привычки потребности в двигательной активности.

Особое внимание в Программе уделяется воспитанию у дошкольников таких качеств, как:

- активная жизненная позиция;
- познавательная активность.

Для достижения целей Программы первостепенное значение имеют:

- забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
- максимальное использование разнообразных видов деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности образовательного процесса;
- творческая организация (креативность) образовательного процесса;
- вариативность использования образовательного материала;
- единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи.

Данная программа основана на следующих **принципах**:

- Доступности;
- Систематичности;
- Целостности;
- Наглядности;
- Всестороннего и гармонического развития личности;
- Связь физкультуры и спорта с жизнью;
- Оздоровительной направленности;
- Учет возрастных и индивидуальных особенностей.

Программа составлена с учетом интеграции образовательных областей.

- Познавательное развитие,
- Физическое развитие.

Планируемые результаты

- Повышение уровня владения мячом
- Повышение интереса детей к физической культуре, а именно, к спортивным играм

- Расширение представлений детей старшего дошкольного возраста о спортивных играх с мячом, их истории возникновения, правилах и элементах техник.

Созданная развивающая предметно-пространственная среда для реализации программы соответствует следующим основным принципам:

- принцип целесообразности, рациональности и насыщенности;
- принцип доступности и открытости;
- принцип трансформирования;
- принцип соответствия развивающей среды возрасту детей;
- принцип вариативности;
- принцип полифункциональности.

Наиболее эффективной формой обучения дошкольников спортивным играм и упражнениям является образовательная деятельность.

Возраст детей, участвующих в данной дополнительной общеразвивающей программе: 5-7 лет.

Количество детей в данной секции: 12-15 человек.

Занятия по физической культуре проводятся в форме спортивной секции «Школа мяча» 1 раз в неделю. Всего 28 занятий в год.

Форма и режим проведения занятий

Игровая форма проведения занятия является основой методики обучения спортивным играм и упражнениям. Занятие проходит как занимательная игра.

Секционные занятия строятся по классической традиционной схеме: вводная часть – разминка, основная и заключительная.

В вводной части дети упражняются в ходьбе, беге и прыжках. Например, ходьба в сочетании с ведением мяча ногой, ходьба с подбрасыванием и ловлей мяча в разных положениях, боковой галоп с ведением мяча и без него, прыжки из положения приседа и т.д.

В основной части происходит обучение, закрепление и совершенствование движений.

В качестве общеразвивающих упражнений используется фитболгимнастика.

За счет вибрации при выполнении упражнений и амортизационной функции мяча активизируются регенеративные процессы, улучшаются кровообращение и микродинамика в межпозвоночных дисках, что способствует разгрузке позвоночного столба, мобилизации различных его отделов, коррекции и профилактике лордозов и кифозов. Занятия, сидя на мяче, сходны с верховой ездой, положительное влияние которой описано еще

Гиппократом. Покачивание в положении сидя на мяче нормализуют обменные процессы, благотворно влияя на работу внутренних органов, улучшают отток лимфы и венозной крови, легочное кровообращение, способствует откашливанию при заболевании легких, стимулируют функцию коры надпочечников, улучшают перистальтику кишечника. Упражнения на мяче тренируют вестибулярный аппарат, развивают координацию движений и функцию равновесия, развивают гибкость, увеличивают подвижность и пластичность суставов, укрепляют мышцы туловища, формируя правильную осанку.

Вместо традиционных основных видов движения в основной части занятия используются подводящие упражнения, которые помогают детям овладеть основными приемами техники спортивных игр.

В подводящие упражнения включаются движения, сходные по структуре с главными элементами техники того действия, которым предстоит овладеть. Например, при обучении броскам мяча в корзину в баскетболе первым упражнением является обычная передача мяча, затем выполнение передачи с высокой траекторией, далее — передача мяча через различные высокорасположенные препятствия (сетка, веревка, планка) с попаданием в горизонтальную цель (щит баскетбольной корзины) и, наконец, броски непосредственно в корзину. Как видим, все эти упражнения включают бросок мяча, но условия его выполнения постепенно усложняются. Если в качестве подводящего упражнения используется хорошо освоенное ранее движение, то достаточно повторить его всего лишь несколько раз непосредственно перед изучением нового двигательного действия.

Подводящими упражнениями могут служить:

1. Отдельные части изучаемого двигательного действия.
2. Имитация изучаемых двигательных действий.
3. Непосредственно изучаемое двигательное действие, которое выполняется в облегченных условиях.
4. Само изучаемое двигательное действие, выполняемое в замедленном темпе. При выполнении упражнения в замедленном темпе ребенку легче контролировать свои движения, и он допускает меньше ошибок.

На занятии дети упражняются в 4 движениях. Это подводящие упражнения для футбола, волейбола, баскетбола. Например, удар по неподвижному мячу с 1,2,3 шагов; передача мяча в парах; отбивание пляжного мяча пальцами или ладонями.

Подвижная игра проводится также с элементами спортивных игр. Например, могут быть использованы такие игры, как: «Мяч через сетку», «Подвижная цель», «Перестрелка», «Задержи мяч», «Кого назвали, тот ловит мяч».

В заключительной части занятия дается теоретический материал по истории возникновения, правил спортивных игр, дидактические игры («Опиши и назови игру», «Узнай игру по описанию», «Из какой игры мяч?», «Фотозагадки»), викторины на знание игр, рассматриваем иллюстрации и фотографии с изображением игровых моментов. В помощь себе сформированы папки с теоретическим и методическим материалом по спортивным играм, в которых используется мяч.

Материально-техническое обеспечение Программы.

Для решения поставленных задач создана и расширяется развивающая предметно-пространственная среда: мячи разного диаметра, картотека подвижных игр с элементами спортивных игр, дидактические игры, фотографии, иллюстрации, баскетбольные стойки в группы, нетрадиционное оборудование. Образовательная среда в детском саду предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребенком дошкольного детства. Под предметно-развивающей средой понимают определенное пространство, организационно оформленное и предметно насыщенное, приспособленное для удовлетворения потребностей ребенка в физическом и духовном развитии в целом. Современное понимание предметно-пространственной среды включает в себя обеспечение активной жизнедеятельности ребенка, становления его субъектной позиции, развития творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами.

Основные принципы организации развивающей предметно-пространственной среды в ДООУ

Для полноценного физического развития детей в МБДОУ «ДСКВ № 107» создана развивающая двигательная среда в соответствии с реализуемыми программами обучения и воспитания дошкольников.

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

Развивающая предметно-пространственная среда выступает как динамичное пространство, подвижное и легко изменяемое.

Список литературы

1. «От рождения до школы» : примерная образовательная программа дошкольного образования/ Веракса Н.Е. (и др.) . – М: издательство Мозаика-Синтез, 2016
2. Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» старший возраст. – М: издательство Мозаика-Синтез, 2016.

Тематический план программы «Школа мяча»

**Календарно – тематическое планирование для детей 5-7 лет
(первый год обучения)**

Октябрь (1-2 неделя)	
Задачи	Содержание
№1-2 1. Познакомить детей с мячом для волейбола, баскетбола. 2. Формировать умение детей брать волейбольные мячи и убирать их на место. 3. Дать возможность осознать физические качества мяча (упругость, вес, объём). 4. Развивать глазомер, точность движения.	Занятие №1 - №2 Разминка. Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен. Бег. Подскоки и прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Дыхательные упражнения на восстановление дыхания. Загадка про мяч. ОВД Беседа «Знакомство с мячом для футбола, волейбола, баскетбола» (с использованием наглядного материала). Перестроение в две колонны. 1. Игровое задание «Прокати и попади» (прокатывание баскетбольного мяча между ориентирами «змейкой» правой (левой) рукой, бросок мяча в обруч) 2. Игровое задание «Кто выше?» (бросок баскетбольного мяча вверх двумя руками, ловить двумя руками после отскока от пола) 3. Игровое задание «Внимание» (отбивать мяч одной рукой от пола, на сигнал «стоп» - мяч поднять вверх, положить на голову) Игра «Сбей кеглю» (сбить кегли мячом любым способом) Дыхательная гимнастика «Шарик» Надувала кошка шар, а котёнок ей мешал. Подошёл и лапкой топ, а у кошки шарик – лоп. Ш-ш-ш (<i>надувать и сдувать живот</i>).
Октябрь (3-4 неделя)	
№3-4 1. Формировать умение владеть мячом. 2. Приучать детей не мешать	Занятие №3 - №4 Разминка. Построение в шеренгу. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках, на сигнал воспитателя ударить мячом об пол и поймать. ОВД 1. Бросание мяча вверх и ловля его обеими руками.

<p>товарищу по игре.</p> <p>3. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.</p>	<p>2. Катание мяча по прямой обеими руками, наклонившись.</p> <p>3. Свободная игра детей с мячом (7-8 мин).</p> <p>П/и «Лови мяч» (резиновый мяч)</p> <p>Дыхательная гимнастика «Подуем»</p> <p>Подуем на плечо, Подуем на другое, Подуем на живот, Как трубка станет рот, А потом на облака И остановимся пока!</p>
--	--

Ноябрь(1-2 неделя)

Задачи	Содержание
<p>№5-6</p> <p>1. Формировать умение действовать с мячом.</p> <p>2. Формировать умение детей быстро реагировать на сигнал.</p> <p>3. Воспитывать выдержку и внимание.</p>	<p>Занятие №5 - №6</p> <p>Разминка. Построение в шеренгу. Ходьба друг за другом с мячом в руках, на сигнал воспитателя подбросить мяч вверх и поймать его.</p> <p>ОВД</p> <p>1. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола.</p> <p>2. Бросание мяча вверх с хлопком в ладоши и ловля его.</p> <p>3. Свободная игра детей с мячом, но после сигнала необходимо как можно быстрее поймать мяч, поднять мяч вверх, положить на голову.</p> <p>П/и «Будь внимателен» («Лови мяч») (волейбольный мяч)</p> <p>Дыхательная гимнастика «Дерево на ветру»:</p> <p>И. п. - сидя на полу, скрестив ноги (варианты: сидя на коленях или на пятках, ноги вместе). Спина прямая. Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом в туловище, будто гнется дерево.</p>

Ноябрь (3-4 неделя)

<p>№7-8</p> <p>1. Упражнять в ловле мяча.</p> <p>2. Закреплять умение быстро</p>	<p align="center">Занятие №7 - №8</p> <p>Разминка. Построение в шеренгу. Свободная игра детей с волейбольным мячом.</p> <p>ОВД</p> <p>1. Бросание мяча вниз и ловля его ладонями после</p>
---	---

<p>реагировать на сигнал.</p> <p>3. Способствовать развитию ориентировки в пространстве.</p>	<p>отскока.</p> <p>2. Бросание мяча в щит и ловля его после отскока.</p> <p>П/и «Мяч по кругу»</p> <p>Под музыку дети передают мяч по кругу друг другу в руки. Музыка остановилась и ребёнок, у которого остался мяч в руках, выходит в центр круга и отбивает мяч одной рукой.</p> <p>П/и «Мяч в корзину»</p> <p>Дети встают вокруг корзины (туннеля), на расстоянии 2-3 шагов. После сигнала воспитателя бросают мячи, стараясь попасть в неё (в корзину).</p> <p>Дыхательная гимнастика «Дерево на ветру»</p> <p>И. п. - сидя на полу, скрестив ноги (варианты: сидя на коленях или на пятках, ноги вместе). Спина прямая. Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом в туловище, будто гнется дерево.</p>
--	--

Декабрь(1-2 неделя)

Задачи	Содержание
<p>№9-10</p> <p>1. Упражнять в ловле мяча.</p> <p>2. Упражнять в умении действовать с ним.</p> <p>3. Способствовать развитию координации движений.</p> <p>4. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.</p>	<p>Занятие №9 - №10</p> <p>Разминка. Построение в шеренгу. Перестроение в две колонны. Бросание мяча в щит и ловля его после отскока.</p> <p>ОВД</p> <p>1. Свободная игра детей с волейбольным мячом.</p> <p>2. Перебрасывание мяча друг другу способом от груди.</p> <p>П/и «Мяч по кругу»</p> <p>Под музыку дети передают 2 мяча по кругу друг другу в руки. Музыка остановилась и дети, у которых остались мячи в руках, выходят в центр круга и отбивают мяч одной рукой.</p> <p>П/и «Вызов по имени»</p> <p>Дыхательная гимнастика «Достань пол»</p> <p>И. п. – встать прямо, ноги врозь, руки вперёд. Наклониться вперёд и достать ладонями пол со словами: «Бак». Повторить медленно 2-4 раза.</p>

Декабрь (3-4 неделя)

№11 - №12	Занятие №11 – «№12
------------------	---------------------------

<p>1. Формировать навыки бросания мяча</p> <p>2. Совершенствовать навык ловли мяча</p> <p>3. Способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости</p>	<p>Разминка. Построение в шеренгу. Перестроение в две колонны. Бросание мяча в щит и ловля его после отскока.</p> <p>ОВД</p> <p>1. Свободная игра детей с волейбольным мячом.</p> <p>2. Перебрасывание мяча друг другу способом от груди.</p> <p>П/и «Мяч по кругу»</p> <p>Под музыку дети передают 2 мяча по кругу друг другу в руки. Музыка остановилась и дети, у которых остались мячи в руках, выходят в центр круга и отбивают мяч одной рукой.</p> <p>П/и «Вызов по имени»</p> <p>Дыхательная гимнастика «Достань пол»</p> <p>И. п. – встать прямо, ноги врозь, руки вперед. Наклониться вперед и достать ладонями пол со словами: «Бак». Повторить медленно 2-4 раза</p>
--	---

Январь (1-2 неделя)

Задачи	Содержание
<p>№13 - №14</p> <p>1. Формировать умение детей передавать мяч двумя руками от груди.</p> <p>2. Упражнять в ловле мяча.</p> <p>3. Развивать внимание и ориентировку в пространстве.</p>	<p>Занятие №13 - №14</p> <p>Разминка. Построение в шеренгу. Перестроение в две шеренги.</p> <p>Передача двумя руками от груди, стоя парами.</p> <p>ОВД</p> <p>1. Игровое задание «У кого меньше мячей»: между двумя шеренгами протягивается шнур, по сигналу педагога дети начинают перебрасывать мячи через шнур, как можно быстрее. По сигналу педагога «стоп игра» - подсчитываются мячи на каждой стороне, выигрывают дети, у которых меньше мячей на стороне.</p> <p>2. Эстафета «Обгони мяч» (п/и)</p> <p>3. Произвольная игра детей с мячом.</p> <p>Массаж мячиками - «ёжиками» (в парах)</p> <p>Дыхательная гимнастика «Курочка»</p> <p>И. п. - ребёнок стоит прямо, слегка расставив ноги, руки опущены, разводит руки широко в стороны, как крылья – вдох; на выдохе наклоняется, опустив голову и свободно свесив руки, произносит: «кудах-тах-тах-тах», одновременно похлопывая себя по коленям.</p>

Январь (3-4 неделя)

№15 - №16

1. **Совершенствовать навыки передачи – ловли мяча**
2. **Развивать умение точно бросать мяч в определённом направлении**
3. **Воспитывать умение согласовывать свои движения с движениями товарища.**

Занятие №15 - №16

Разминка. Построение врассыпную, разминка под музыку «Фиксики». Построение в шеренгу. Перестроение в две колонны, в две шеренги. Перебрасывание мяча друг другу способом от груди.

ОВД

1. Перебрасывание мяча друг другу от груди с отскоком от пола. Перестроение в две колонны.

2. Эстафета «Мяч капитану»: Участники делятся на две команды. На полу отмечают две параллельные линии: за одной выстраиваются команды, на другой становятся капитаны, каждый лицом к своей команде. У обоих капитанов в руках по мячу. Эстафета начинается по сигналу: оба капитана одновременно бросают мячи впереди стоящим из своих команд. Поймав мяч, играющий кидает его обратно капитану, а сам занимает последнее место в колонне. Затем капитан бросает мяч второму играющему, а получив мяч обратно - третьему. Кинув мяч капитану, каждый играющий убегает в конец колонны. Выигрывает та команда, у которой раньше возле черты снова окажется тот, кто первый ловил мяч, брошенный капитаном.

Построение в одну шеренгу, перестроение в три колонны

П/и «Поймай мяч» («Собачка»)

Из тройки выбирается одна «собачка», которая между двумя ребятами. Эти двое ребят начинают перебрасывать мяч друг другу. Задача "собачки" - поймать мяч (перехватить его на лету).

П/и «Сделай фигуру»

Под музыку дети играют с мячом, музыка остановилась, дети замирают с мячом, изображая спортсмена с мячом (футболиста, баскетболиста, волейболиста и т.п.).

Малоподвижная игра «Назови вид спорта»

Дети по кругу передают мяч, по сигналу стоп, ребёнок, у которого остался мяч в руках, называет любой вид спорта.

	Д/и «Назови зимний вид спорта» (по картинке).
Февраль (1-2 неделя)	
Задачи	Содержание
<p>№17 - №18</p> <p>1. Упражнять детей в передаче – ловле мяча.</p> <p>2. Воспитывать внимание.</p> <p>3. Способствовать развитию точности движения.</p>	<p>Занятие №17 - №18</p> <p>Разминка. Построение в шеренгу. Перестроение в три шеренги. Дети становятся тройками (в треугольник), передают мяч по очереди друг другу с отскоком от пола (сперва в правую, затем в левую сторону).</p> <p>ОВД</p> <p>1. Повторяется первое упражнение. При этом после передачи мяча каждый игрок перебегает на место того, которому передал мяч.</p> <p>2. «Поймай мяч» («Собачка»): Из тройки выбирается одна «собачка», которая между двумя ребятами. Эти двое ребят начинают перебрасывать мяч друг другу. Задача «собачки» - поймать мяч (перехватить его на лету).</p> <p>Перестроение в две колонны.</p> <p>Эстафета «Мяч в кольцо»</p> <p>Дети делятся на 2 колонны: По сигналу педагога, дети, которые стоят первые с мячом, бросают мяч в баскетбольное кольцо, ловят мяч, передают следующему, встают в конец колонны.</p> <p>Дыхательная гимнастика «Чайник»</p> <p><i>Я - чайник, ворчун, хлопотун, сумасброд, Я вам на показставляю живот, Я чай кипячу, клопочу и кричу: - Эй, дети, я с вами чай пить хочу!</i></p> <p>Сидя, одна рука лежит на животе, другая - на груди. Втягивая живот - вдох, выпячивая - выдох. Выдыхая, громко произносить: «Ф - ф – ф - ф».</p>
Февраль (3-4неделя)	
<p>№19 - №20</p> <p>1. Совершенствовать навыки передачи – ловли мяча.</p> <p>2. Воспитывать</p>	<p>Занятие №19 - №20</p> <p>Разминка. Свободная игра детей с мячом в зале (3-4мин).</p> <p>ОВД</p> <p>1. «За мячом»: бросок мяча из-за головы, по сигналу догнать свой мяч.</p> <p>2. «Передача мяча»: дети передвигаются по залу</p>

<p>организованность, ответственность за свои действия перед командой.</p>	<p>парами, лицом друг к другу, между ними 2-3 шага и перебрасывают друг другу мяч от груди.</p> <p>Эстафета «Мяч капитану»</p> <p>Участники делятся на две команды. На полу отмечают две параллельные линии: за одной выстраиваются команды, на другой становятся капитаны, каждый лицом к своей команде. У обоих капитанов в руках по мячу. Эстафета начинается по сигналу: оба капитана одновременно бросают мячи впереди стоящим из своих команд. Поймав мяч, играющий кидает его обратно капитану, а сам занимает последнее место в колонне. Затем капитан бросает мяч второму играющему, а получив мяч обратно - третьему. Кинув мяч капитану, каждый играющий убегает в конец колонны. Выигрывает та команда, у которой раньше возле черты снова окажется тот, кто первый ловил мяч, брошенный капитаном.</p> <p>Дыхательная гимнастика «Капель»</p> <p>И.п. по желанию. Вдох носом, на выдохе произносить «кап-кап» в разных вариантах, с изменением громкости и темпа произнесения.</p> <p><i>(при произнесении: «к» - глухой, отрывистый, «п»-напряженными губами, акцентировано).</i></p>
<p>Март (1-2 неделя)</p>	
<p>Задачи</p>	<p>Содержание</p>
<p>№21 - №22</p> <p>1. Формировать умение детей передавать мяч на месте</p> <p>2. Упражнять в передаче – ловле мяча</p> <p>3. Способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве.</p>	<p>Занятие №21 - №22</p> <p>Разминка. Построение в шеренгу. Перестроение в три шеренги: дети становятся тройками (в треугольник), передают мяч по очереди друг другу, с отскоком от пола, сперва в правую, затем в левую сторону.</p> <p>ОВД</p> <p>1. Повторяется первое упражнение. При этом после передачи мяча каждый игрок перебегает на место того, которому передал мяч.</p> <p>2. «Поймай мяч» («Собачка»): Из тройки выбирается одна «собачка», которая между двумя ребятами. Эти двое ребят начинают перебрасывать мяч друг другу. Задача «собачки» - поймать мяч (перехватить его на лету).</p>

	<p>Перестроение в две колонны.</p> <p>Эстафета «Мяч в кольцо» Дети делятся на 2 колонны: По сигналу педагога, дети, которые стоят первые с мячом, бросают мяч в баскетбольное кольцо, ловят мяч, передают следующему, встают в конец колонны.</p> <p>Дыхательная гимнастика «Чайник» <i>Я - чайник, ворчун, хлопотун, сумасброд, Я вам на показставляю живот, Я чай кипячу, клопочу и кричу: - Эй, дети, я с вами чай пить хочу!</i></p> <p>Сидя, одна рука лежит на животе, другая - на груди. Втягивая живот - вдох, выпячивая - выдох. Выдыхая, громко произносить: «Ф - ф – ф - ф».</p>
<p>Март(3-4неделя)</p>	
<p>№23 - №24</p> <p>1. Закреплять умение ведения мяча на месте.</p> <p>2. Упражнять в передаче мяча одной рукой от плеча.</p> <p>3. Способствовать воспитанию ловкости, ориентировки в пространстве.</p>	<p>Занятие №23 - №24</p> <p>Разминка. Построение в шеренгу. Встать в рассыпную по залу с мячами в руках. Ведение мяча на месте правой, левой рукой.</p> <p>ОВД</p> <p>1. Ведение мяча на месте попеременно правой, левой рукой.</p> <p>2. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой.</p> <p>3. Передача мяча одной рукой от плеча в парах (правого, левого) на месте.</p> <p>П/и «Займи свободный обруч» По залу на полу раскладываются обручи на разном расстоянии друг от друга. Все дети, за исключением водящего, становятся в обручи и перебрасывают мячик (резиновый) друг другу в разных направлениях. Водящий, находясь между обручами, старается поймать мяч на лету или дотронуться до него рукой. Если водящему удалось это сделать, воспитатель даёт свисток, и все игроки должны поменяться местами, а водящий старается занять любой из обручей. Кто не успел занять обруч, становится водящим и игра продолжается.</p> <p>М.п. игра «Будь внимателен» (баскетбольный)</p>

	<p>Пальчиковая гимнастика «Перелётные птицы»</p> <p>Перелетные птицы Тили-тели, тили - тели- С юга птицы прилетели! <i>(скрестить большие пальцы, помахать ладошками)</i></p> <p>Прилетел к нам скворушка - Серенькое перышко. <i>(поочередно сгибать пальцы на обеих руках, начиная с мизинца левой руки)</i></p> <p>Жаворонок, соловей Торопились: кто скорей. Цапля, лебедь, утка, стриж, Аист, ласточка и чиж. <i>(скрестить большие пальцы, помахать ладошками)</i></p> <p>Все вернулись, прилетели, Песни звонкие запели! <i>(указательным и большим пальцами сделать «клюв» - «птицы поют»)</i></p>
Апрель (1-2 неделя)	
Задачи	Содержание
<p>№25 - №26</p> <p>1. Закреплять ловлю мяча на месте.</p> <p>2. Формировать умение детей прицеливаться при броске мяча в цель.</p> <p>3. Воспитывать уверенность в своих силах».</p>	<p>Занятие №25 - №26</p> <p>Разминка. Построение в шеренгу. Встать врассыпную. ОРУ под песню «Робот Бронислав».</p> <p>ОВД</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля двумя. 2. Подбрасывать поочередно правой и левой рукой, ловить мяч кистью и пальцами. 3. Удар мячом об пол правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля – правой. 4. Ведение мяча на месте правой, левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом) (в парах). <p>П/и«У кого меньше мячей»</p> <p>Дети делятся на две равные команды. Каждый из них берёт по одному резиновому мячу и располагается на своей половине зала (зал разделён шнуром). Дети обеих команд после сигнала воспитателя стараются перебросить свои мячи на площадку противника. Выигрывает команда, на площадке которой после второго свистка находится меньше мячей.</p> <p>Игровое задание «Целься вернее»</p>

	<p>Дети становятся за линию в три колонны, в 2-3м от которых находятся 3 обруча. Они поочередно бросают мячи в обручи, стараясь попасть в них. Бросать можно любым способом, как кому удобнее.</p> <p>Дыхательная гимнастика «Цветы» <i>Дети стоят по кругу. Педагог читает им стих:</i> Каждый бутончик склониться бы рад Направо, налево, вперёд и назад. От ветра и зноя бутончики эти Спрятались живо в цветочном букете (Е. Антоновой-Чалой).</p> <p>Дети ритмично под чтение стиха поворачивают голову («бутончики») направо, налево, наклоняют её вперёд, отводят назад, чередуя вдох и выдох. При чтении последней строки стиха дети поднимают руки вверх, склоняя кисти над головой: «бутончики» (головы) спрятались.</p> <p>Упражнение повторить 6-8 раз.</p>
Апрель (3-4 неделя)	
<p>№27 - №28</p> <p>1. Формировать умение детей бросать мяч на месте</p> <p>2. Упражнять в передаче – ловле мяча</p> <p>3. Способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве.</p>	<p>Занятие №27 - №28</p> <p>Разминка. Построение в шеренгу. Встать в рассыпную по залу с мячами в руках. Ведение мяча на месте правой, левой рукой.</p> <p>ОВД</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча (то низко, то высоко) 2. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой. 3. Ведение мяча по залу, по кругу, друг за другом. 4. «За мячом»: бросок мяча от груди, по сигналу догнать свой мяч. <p>Перестроение в две шеренги.</p> <p>И/у «Передача мяча» Дети передвигаются по залу парами, лицом друг к другу, между ними 2-3 шага и перебрасывают друг другу мяч от груди.</p> <p>Свободная игра детей с мячом.</p> <p>Дыхательная гимнастика «Шарик» Воздух мягко набираем (вдох) Шарик красный надуваем (выдох)</p>

	<p>Шарик тужился, пыхтел (вдох) Лопнул он и засвистел: «Тс-с-с» (выдох, с произнесением «тс-с-с»).</p>
--	--