

Министерство образования Тверской области
Управление образования Администрации Нелидовского городского
округа Тверской области
Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение детский сад комбинированного вида №2
ОГРН 1026901778530 ИНН 6912006459 БИК 042809001
172527 Тверская область г.Нелидово, Ул. Казанская, д.6.

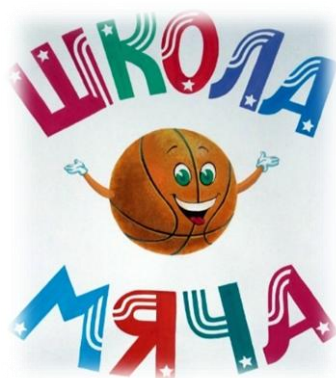
УТВЕРЖДАЮ

Заведующая Детским садом №2

_____ Е.М.Сотченкова

Пр. №19-п от 28 августа 2023 г.

**Дополнительная образовательная
общеразвивающая программа «Школа мяча»
(физкультурно-спортивная направленность)
для детей 5-6 лет
(Срок реализации 1 год)**



Составила:

педагог дополнительного образования

инструктор по физической культуре

Сорокина Е.Е.

г.Нелидово, 2023г.

СОДЕРЖАНИЕ

№п/п	Содержание
I.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ
1.	Пояснительная записка
1.1.	Цели и задачи реализации программы
1.2.	Принципы и подходы к формированию программы
1.3.	Значимые для разработки и реализации программы характеристики
1.4.	Планируемые результаты
1.5.	Система оценки результатов освоения программы
II.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ
2.1.	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития воспитанников
2.2.	Описание вариативных форм, способов, методов, приемов, средств реализации программы
2.3.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников
III.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ
3.1.	Учебно-тематический план
3.2.	Перспективное планирование
3.3.	Мониторинг по определению уровня освоения программы
3.4.	Материально-техническое оснащение, оборудование
3.5.	Список литературы
	ПРИЛОЖЕНИЕ №1 Примерный перечень подвижных игр и игровых упражнений с мячом

І ЦЕЛЕВОЙРАЗДЕЛ

1. Пояснительная записка

Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, большое значение имеет двигательная активность - естественная потребность в движении, которая оказывает благоприятное воздействие на формирование организма. При недостатке ее возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

Оптимальный объем развития двигательных качеств - одно из условий сохранения и укрепления здоровья детей. Уровень физической подготовленности принято определять в основном по степени развития мышечной силы, быстроты и выносливости. Таким образом, интенсивность физического развития детей, их здоровье зависит от двигательной активности. Базовыми двигательными качествами детей являются: ловкость, меткость, точность, подвижность, равновесие, ритмичность, быстрота реакции.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Мяч- это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания. Упражнения в бросании, катании, ведении мяча способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствует пространственную ориентировку, формируют умения действовать с мячом, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилие с расстоянием, развивают выразительность движений. Занимаясь с мячами различного веса и объёма, развиваются не только крупные мышцы, но и мелкие. Увеличивается подвижность в суставах пальцев и кистей, голенистопы, усиливается кровообращение. 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. Совместное выполнение упражнений с мячом (в парах,втроём,вкругу)—прекрасная школа приобщения ребёнка к коллективу. В играх, которые проводятся в команде, он учится слаженно работать с партнёрами

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

Ни способствуют повышению уровня физической подготовленности, физическому и психическому развитию, вызывают повышенный интерес к занятиям двигательной деятельностью у дошкольников.

Из вышеизложенного, назрела острая необходимость поиска путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной активности ребенка, развития интереса к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым.

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

Программа предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья. В организованной образовательной деятельности создаются условия для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития, дается возможность раскрыть индивидуальные особенности и творческий потенциал каждого ребенка. Рационально распределяется двигательная нагрузка дошкольников: с учетом физиологической реакции детей, соответствия нагрузки их возрастными индивидуальным возможностям, уровнем подготовленности.

С удовольствием дети катают мячи, забрасывают их в ящик, корзину. Эти движения нравятся ребенку своей доступностью. Бросать, катать, метать можно мячи большие и маленькие, резиновые и надувные. Упражнения выполняются стоя, сидя, лежа и в разных направлениях. Таким образом, рабочая программа дополнительного образования «Школа мяча» предусматривает разнообразную деятельность детей, дает возможность раскрыть творческий потенциал каждого ребенка, выявить и развить его интересы, а также способствует эмоциональной смене деятельности. После многочисленных упражнений и игр появляется своеобразное «чувство мяча». В основу рабочей программы дополнительного образования «Школа мяча», легли требования к всестороннему развитию двигательной функции взаимосвязи физического, интеллектуального и психического развития ребенка.

С этой целью была разработана программа дополнительного образования «Веселый мяч». Программа предусмотрена для детей от 5 до 6 лет.

Рабочая программа дополнительного образования «Школа мяча» реализуется в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» Сан-ПиН 2.4.1.3049-13, утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 23.мая 2013г. № 28564;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного об-

разования (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. № 1155);

- Конвенцией ООН о правах ребенка

- 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»;

Основной общеобразовательной программой дошкольного образования Детского сада №2.

1.1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Цель программы - обогащение двигательной активности детей старшего дошкольного возраста, за счет разнообразных действий с мячом.

Задачи:

1. Укреплять здоровье, обеспечивать нормальное функционирование всех органов и систем организма.
2. Обучать детей среднего дошкольного возраста выполнять действие с мячом.
3. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость и умение ориентироваться в пространстве.
4. Совершенствовать двигательные умения детей в процессе упражнений и игр с мячом.
5. Воспитывать привычку к здоровому образу жизни.

Программа «Школа мяча» предусматривает разнообразную деятельность с мячом в соответствии с интересами и потребностями, с учетом возраста детей, их особенностями, состоянием здоровья. В образовательной деятельности создаются условия для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития, дается возможность раскрыть индивидуальные особенности и творческий потенциал каждого ребенка.

Направленность программы: работа по улучшению физического развития, физической подготовленности детей, развитию ловкости, координации, глазомера, согласованности движений, воспитанию морально-волевых качеств.

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

1.2. Принципы и подходы к реализации программы:

- принцип индивидуальности (с учетом особенностей развития каждого ребенка);
- принцип доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип активности, самостоятельности, творчества;
- принцип эмоционального благополучия каждого ребенка;
- принципа оздоровительной направленности.

Срок реализации программы 1 год.

1.3. Значимые для разработки и реализации программы характеристики Характеристика возрастных особенностей развития детей.

Старшая группа (5-6 лет)

В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.

Позитивные изменения наблюдаются в развитии моторики. Дошкольники лучше удерживают равновесие, перешагивая через небольшие преграды, нанизывает бусины (20 шт.) средней величины (или пуговицы) на толстую леску.

В 4-5 лет у детей совершенствуются культурно-гигиенические навыки (хорошо освоен алгоритм умывания, одевания, приема пищи): они аккуратны во время еды, умеют правильно надевать обувь, убирают на место свою одежду, игрушки, книги. В элементарном самообслуживании (одевание, раздевание, умывание и др.) проявляется самостоятельность ребенка.

1.4. Планируемые результаты освоения детьми программы

Результативностью реализации программы следует считать устойчивый интерес ребенка к занятиям физической культурой, спортом, к здоровому образу жизни, освоение основных приемов игры с разными видами мячей, различные игры, связанные с подачей и приемом мяча.

Планируемые результаты освоения программы:

1. Дети овладеют техникой действий с разными мячами.
2. У детей сформированы новые двигательные навыки: ведение мяча разными способами, забрасывание мяча в корзину, ведение мяча с бегом в разном темпе.
3. Сформированы навыки сотрудничества: дети умеют играть в команде для достижения общей цели, адекватно оценивать результаты игры, своих действий.
4. Наблюдается повышение интереса детей к физической культуре, а именно, к спортивным играм с мячом.
5. Отмечается познавательное развитие дошкольников в области знаний о спортивных играх с мячом, их истории и возникновения, правилах и элементах техники игр.

Предполагаемые результаты по реализации программы: укрепление здоровья детей, повышение уровня двигательной активности, формирование двигательных умений и навыков, укрепление уверенности детей в своих силах и возможностях, умение чувствовать себя комфортно в большом коллективе, умение владеть мячом на достаточно высоком уровне.

1.5 Система оценки результатов освоения программы

В соответствии с ФГОС ДО, целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников. Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.

Программы проводится 2 раза в год – сентябрь; май.

Для диагностики физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

I. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития воспитанников.

Содержание программы направлено на развитие навыков движений, овладение правильными способами их выполнения:

Программа состоит из 7 разделов:

1. Прокатывание мяча.
2. Бросание мяча.
3. Ловля мяча.
4. Отбивание мяча.
5. Метание мяча.
6. Ведение мяча.
7. Развлечение.

В результате дети:

- научатся двигаться быстро, уверенно, энергично;
- усвоят навыки движений, овладеют правильными способами их выполнения;
- научатся самостоятельно действовать с мячом, обогатится двигательный опыт;
- появится творческая инициатива, умение придумывать новые игры и упражнения;
- улучшатся коммуникативные способности в коллективной деятельности.

- на месте правой и левой рукой поочередно;

- одной рукой с продвижением вперед.

- метание мяча: вдаль, в цель;

- ведение мяча: удар по воротам, ведение мяча ногой.

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов, приемов, средств реали-

зации программы

В работе используются следующие методы:

- Словесные (объяснение упражнения, указание, распоряжение и команда, рассказ, беседа).
- Наглядные (показ, имитация, звуковые и зрительные ориентиры, использование наглядных пособий).
- Практические (упражнения, конкретные задания, игровые приемы, поддержка и помощь, соревнования).

Деятельность детей оценивается только положительно, что способствует высокой активности детей, эмоциональной отдаче, хорошему настроению.

Структура образовательной деятельности:

1. Вводная часть: - ходьба; - бег.
1. Общеразвивающие упражнения: - с мячом.
1. Основная часть:
 - разучивание, повторение и закрепление действий с мячом;
 - подвижная игра.
 - 1. Заключительная часть:
 - игра малой подвижности;
 - дыхательная гимнастика

2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

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

Система работы с родителями (законными представителями) воспитанников включает:

Ознакомление семей воспитанников с результатами работы по Программе на родительских собраниях, на сайте Детского сада, через открытую образовательную деятельность;

Ознакомление родителей (законных представителей) с содержанием работы по Программе, направленной на физическое, психическое и социально-эмоциональное развитие ребенка;

- участие в спортивных и культурно-массовых мероприятиях;

- ознакомление родителей (законных представителей) с конкретными приемами и методами воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на

консультациях.

Наглядная информация для родителей:

-Папка«Мой весёлый звонкий мяч...» (содержит историю мяча, данные современных мячах, рекомендации родителям по выбору мячей для детей значение мяча для ребёнка, картотеку русских народных игр с мячом упражнения с мячом и т.д.)

-Папка «Играем дома» (содержит творческие подвижные игры для дома, улица с мячом и т.д.)

-Папка «Физкультура- это здорово» (содержит подвижные игры для всей семьи подвижные игры разных народов, игры для всей семьи и т.д.).

-Картотека «Игры на улице»

Консультация для родителей «Игровые упражнения с мячом для индивидуального выполнения».

I. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Программа ориентирована на детей 5-6 лет. Срок реализации программы 1год. Основной формой работы по программе являются групповые занятия. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Длительность организованной образовательной деятельности– 20-25мин. Количество учебных часов блока дополнительного образования: 36 часов в год.

График работы

Количества образовательной деятельности в неделю	1
Продолжительность образовательной деятельности	Старшая группа 25 мин.
День недели	среда
Время проведения	16.40
Место проведения	Физкультурный зал

3.1. Учебно-тематический план

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Раздел. Тема.	Количество часов		
	Теория	Практика	Всего
1. Прокатывание мяча			
Вводное занятие	1		1
Прокатывание мяча между предметами		1	1
Катание мяча друг другу (расстояние 2,5 м.)		1	1

Катание мяча в ворота (ширина 40-50 см.)		1	1
Скатывание мяча по наклонной доске		1	1
Прокатывая мяч по скамейке, придерживая его руками		1	1
1. Бросание мяча			
Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками (не менее 5 раз подряд)		2	2
Подбрасывание мяча вверх, и ловля одного, двух хлопков		2	2
Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол		2	2
Бросание мяча об пол и ловля (не менее 5 раз подряд)		2	2
Бросание мяча через шнур двумя руками (расстояние 2 м.)		1	1
1. Ловля мяча			
Перебрасывание мяча друг другу (1,5 м.)		1	1
1. Отбивание мяча			
Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно		3	3
Отбивать мяч одной рукой с продвижением вперёд (мяч сбоку)		3	3
1. Метание мяча			
Вдаль (5-6,5 м.)		2	2
В вертикальную цель (1,5-2 м.)		2	2
В горизонтальную цель (2-2,5 м.)		2	2
1. Ведение мяча			
Удар по неподвижному мячу ногой		2	2
Остановка движущего мяча ногой		2	2
Ведение мяча ногой (5 м.)		1	1
Удар по воротам (расстояние 2 м.)		1	1
1. Развлечение			
Развлечение (игры, эстафеты)		2	2
Всего часов			36

Итоговое		Развлечение «Мой веселый звонкий мяч»
----------	--	---------------------------------------

Средняя группа

Месяц	Тема	Задачи	Содержание
Октябрь	История возникновения мяча.	Познакомить с историей возникновения мяча. Углубить представление детей о спортивных играх с мячом.	Рассказ, слайды, мультимедиа и т.д. Беседа «Спортивные игры с мячами».
	Прокатывание мяча	Учить детей прокатывать мяч между предметами «змейкой». Развивать ловкость, координацию движений.	Игровое упражнение «Прокати не задень». Подвижная игра «Салют».
	Ловля мяча	Учить детей ловить мяч двумя руками. Развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, координацию движений.	Игровое упражнение «Успей поймать». Подвижная игра «Веселые мячи».
	Бросание мяча	Упражнять в бросании мяча через шнур двумя руками. Развивать ловкость, быстроту движений.	Игровое упражнение «Перебрось через шнур». Подвижная игра «Передай мяч».
	Метание мяча	Совершенствовать метание мяча вдаль. Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, развивать умение ориентироваться в пространстве.	Игровое упражнение «Чей мяч дальше». Подвижная игра «Прокати и догони».
	Бросание мяча	Продолжать учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками. Учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут произнесены последние слова.	Игровое упражнение «Подбрось, поймай, упасть не давай». Подвижная игра «Мой веселый, звонкий мяч».
Ноябрь	Прокатывание мяча	Учить детей прокатывать мяч в ворота.	Игровое упражнение «Закати мяч в ворота». Подвижная игра «Кон-

		Учить действовать сообща в паре, развивать ловкость, координацию.	курс с яблоками».
	Метание мяча	Учить принимать правильное исходное положение при метании в горизонтальную цель. Развивать мышцы пальцев и кисти.	Игровое упражнение «Попади в круг». Подвижная игра «Шмель».
	Метание мяча	Продолжать учить принимать правильное исходное положение при метании в горизонтальную цель. Совершенствовать технику бега, координацию движений рук и ног.	Игровое упражнение «Попади в круг». Подвижная игра «Стой!».
	Ведение мяча	Формировать элементарные для футбола действия с мячом. Развивать внимание, быстроту и ловкость.	Игровое упражнение «Догони». Подвижная игра «Ловишки с мячом».
Декабрь	Ведение мяча	Продолжать формировать элементарные для футбола действия с мячом. Развивать глазомер и меткость.	Игровое упражнение «Догони». Подвижная игра «Сбей булаву».
	Прокатывание мяча	Учить детей прокатывать мяч по скамейке. Развивать внимание, ловкость, быстроту реакции на сигнал.	Игровое упражнение «Прокати по мостику». Подвижная игра «Кого назвали тот и ловит».
	Бросание мяча	Учить бросать мяч об пол и ловить его двумя руками. Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов.	Игровое упражнение «Веселый мяч». Подвижная игра «Найди себе пару».
	Бросание мяча	Продолжать учить бросать мяч об пол и ловить его двумя руками. Развивается бег, увертли-	Игровое упражнение «Веселый мяч». Подвижная игра «Стрелок».

		вость, ловкость.	
Январь	Метание мяча	Учить принимать правильное исходное положение при метании в вертикальную цель. Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, развивать умение ориентироваться в пространстве.	Игровое упражнение «Попади в мишень». Подвижная игра «Прокати и догони».
	Метание мяча	Продолжать учить принимать правильное исходное положение при метании в вертикальную цель. Развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, координацию движений.	Игровое упражнение «Попади в мишень». Подвижная игра «Веселые мячи».
	Ведение мяча	Формировать элементарные для футбола действия с мячом. Развивать ловкость, координацию движений.	Игровое упражнение «Мячи шалунишки». Подвижная игра «Салют».
	Ведение мяча	Продолжать формировать элементарные для футбола действия с мячом. Развивать внимание, умение сосредотачиваться на определенном предмете, быстроту мышления.	Игровое упражнение «Мячи шалунишки». Подвижная игра «Лови, не лови».
Февраль	Прокатывание мяча	Учить детей скатывать мяч по наклонной доске. Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строиться в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов.	Игровое упражнение «Мяч с горки». Подвижная игра «Найди себе пару».
	Бросание мяча	Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол. Развивать ловкость быстроту движений.	Игровое упражнение «Поиграй со мною мяч». Подвижная игра «Передай мяч».
	Бросание мяча	Продолжать учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол.	Игровое упражнение «Поиграй со мною мяч».

		Учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут, произнесены последние слова.	Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч».
	Ведение мяча	Формировать элементарные для футбола действия с мячом. Развивать мышцы пальцев и кисти.	Игровое упражнение «Попади в ворота». Подвижная игра «Шмель».
Март	Ведение мяча	Продолжать формировать элементарные для футбола действия с мячом. Развивать внимание, быстроту и ловкость.	Игровое упражнение «Попади в ворота». Подвижная игра «Ловишки с мячом».
	Бросание мяча	Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить после одного, двух хлопков. Учить действовать сообща в паре, развивать ловкость, координацию.	Игровое упражнение «Мяч высоко». Подвижная игра «Конкурс с яблоком».
	Бросание мяча	Продолжать учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить после одного, двух хлопков. Совершенствовать технику бега, координацию движений рук и ног.	Игровое упражнение «Мяч высоко». Подвижная игра «Стой!».
	Отбивание мяча	Учить отбивать мяч правой и левой рукой поочередно. Развивается бег, увертливость, ловкость.	Игровое упражнение «Отбей мяч». Подвижная игра «Стрелок».
Апрель	Отбивание мяча	Продолжать учить отбивать мяч правой и левой рукой поочередно. Совершенствовать навык отталкивания мяча.	Игровое упражнение «Отбей мяч». Подвижная игра «Мяч в круг».
	Отбивание мяча	Отрабатывать отбивание мяча правой и левой рукой поочередно. Развивать координацию движений, ловкость, фикса-	Игровое упражнение «Отбей мяч». Подвижная игра «Лови, бросай».

		цию взора.	
	Ведение мяча	Формировать элементарные для футбола действия с мячом. Развивать внимание, ловкость, быстроту реакции на сигнал.	Игровое упражнение «Гонка мячей». Подвижная игра «Кого назвали тот и ловит».
	Ведение мяча	Продолжать формировать элементарные для футбола действия с мячом. Развивать ловкость, зрительно – моторную координацию.	Игровое упражнение «Гонка мячей». Подвижная игра «Игра в мяч».
Май	Отбивание мяча	Учить отбивать мяч одной рукой с продвижением вперед. Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов.	Игровое упражнение «Играй, играй мяч не теряй». Подвижная игра «Найди себе пару»
	Отбивание мяча	Продолжать учить отбивать мяч одной рукой с продвижением вперед. Развивать глазомер и меткость.	Игровое упражнение «Играй, играй мяч не теряй». Подвижная игра «Сбей булаву»
	Отбивание мяча	Отрабатывать отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед. Развивать внимание, умение сосредотачиваться на определенном предмете, быстроту мышления.	Игровое упражнение «Играй, играй мяч не теряй». Подвижная игра «Лови, не лови»
	Отбивание мяча	Отрабатывать отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед. Развивать ловкость, зрительно – моторную координацию.	Игровое упражнение «Играй, играй мяч не теряй». Подвижная игра «Игра в мяч»
	Итоговое		Развлечение «Мой веселый звонкий мяч»

Мониторинг по определению уровня усвоения программы

Чтобы отследить эффективность данной программы, необходимо проведение мониторинга физической подготовленности детей. Для мониторинга физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

Старшая группа

- действовать по сигналу педагога, быстро реагировать на сигнал.
- играть с мячом, не мешая другим.
- согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);
- прокатывание мяча: - между предметами; - в ворота;
- бросание мяча: - вверх и ловля его после одного, двух хлопков; - вверх и ловля его после отскока об пол.
- ловля мяча: - перебрасывание друг другу в парах.
- отбивание мяча

Критерии оценки выполнения

Условные обозначения:

0– ниже среднего уровня;

1– средний уровень;

2– высокий уровень.

- **Высокий уровень** – задание понимает полностью, правильно и самостоятельно выполняет.
- **Средний уровень** – задание понимает частично (понимает и выполняет простую инструкцию не в полной мере), справляется при поддержке взрослого.
- **Ниже среднего уровня**– задание не понимает, и выполнить не может

3.3. Материально-техническое оснащение, оборудование

Технические средства	Учебно-наглядные пособия	Оборудование
Музыкальный центр. Ноутбук. Мультимедиа.	Дидактические картинки «Спорт» с изображением вида спорта и подробным описанием возникновения спортивных игр. Карточки с изображением исходных положений. Карточки - схемы построений (в круг, в два круга, в колонну и врас-	Мячи резиновые разного диаметра – по количеству детей Гимнастическая скамейка – 2 шт. Гимнастическая доска – 2 шт. Веревки – 2шт.

	сыпную).	Дуги- 2 шт. Обручи – 5 шт. Ворота – 2 шт. Кегли –10 шт. Флажки –3 шт. (раз- ных цветов).
--	----------	---

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет. Программа «Играйте на здоровье» и технологии ее применения в ДОУ. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004. – 112 с.
2. Журнал «Инструктор по физкультуре» 2012№4 «Совершенствование двигательных навыков в подвижных игр с мячом». – М.: ТЦ Сфера, 2012 г.
3. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. – М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2010. – 128с.
4. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2009. – 112с.
5. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет /Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2014. – 144с.
6. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика - Синтез, 2006. – 96 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ №1

Примерный перечень подвижных игр и игровых упражнений с мячом Подвижная игра «Мяч в кругу»

Цель. Совершенствовать навык отталкивания мяча, учить ориентироваться в пространстве, развивать фиксацию взора, активизировать прослеживающую функцию глаза.

Ход. Дети сидят на корточках на полу, образуя круг. Педагог (взрослый) дает одному из участников игры мяч-Колобок (на нем нарисованы или приклеены глаза, нос, рот) и читает стихотворение.

Колобок, Колобок,

У тебя румяный бок.

Ты по полу покатись

И Катюше (ребятам) улыбнись!

По просьбе педагога («Катенька, покати мячик Диме») девочка прокатывает мяч двумя руками названному участнику. Тот, получив мяч, прокатывает его другому ребенку, которого назвали по имени, и т.д.

Правила: мяч нужно отталкивать посильнее, что бы он докатился до другого участника игры, а также подавать выкатившийся из круга мяч.

Подвижная игра «Прокати и догони»

Цель. Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, развивать умение ориентироваться в пространстве, активизировать прослеживающую функцию глаза.

Ход. Ребенок с мячом в руках подходит к обозначенному месту (шнур, полоска пластыря, цветной кружочек) и выполняет действия в соответствии со стихотворным текстом.

Наш веселый, звонкий мячик (толкает мяч двумя руками)

Мы прокатим далеко (смотрит, куда он покатился),

А теперь его догоним. (бежит за мячом, догоняет его.)

Это сделать нам легко! (поднимает мяч над головой: «Поймал!»)

В зависимости от диаметра мяча ребенок может прокатывать его одной рукой, чередуя правую и левую руку, если маленький (диаметром 5-8 см) или двумя руками, если большой (диаметром 18-20 см).

Правила: ребёнок смотрит вперед, прежде чем катит мяч. Не бежит за мячом сразу, а дожидается речевого сигнала.

Подвижная игра «Салют»

Цель. Развивать ловкость, зрительно – двигательную координацию.

Ход. Дети берут мячи разных цветов и свободно располагаются по залу. Взрослый вместе с детьми произносит:

Это не хлопушки:

Выстрелили пушки.

Люди пляшут и поют.

В небе - праздничный салют! (дети подбрасывают мячи и ловят их).

По сигналу взрослого: «Закончился салют!» дети перестают бросать мячи вверх.

Правила: подбрасывать мяч вверх можно только после команды «Салют».

Подвижная игра «Весёлые мячи»

Цель. Развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, зрительно – двигательную координацию.

Ход. Дети с мячами в руках выстраиваются на исходной линии в шеренгу. Педагог произносит слова:

Раскатились все мячи, покатались. Дети бросают мячи из-за головы и бегут за ними. Вот распрыгались мячи, разыгрались Прыгают на двух ногах на месте с мячами в руках.

Наши яркие мячи, разноцветные мячи.

В уголок бегут мячи, убегают.

Дети бегут на исходную линию.

Там попрятались мячи, отдыхают.

Присаживаются на корточки.

Правила: действовать согласно тексту стихотворения.

Игра малой подвижности «Найди и промолчи»

Цель. Развивать ориентировку в пространстве, расширять зрительное поле.

Ход. Дети стоят на одном конце зала лицом к воспитателю. Педагог показывает мячик и говорит, что они должны найти его. Тот, кто найдет, должен подойти к педагогу, тихо сказать на ухо, где он увидел мячик, и отойти на свое место, а игра будет продолжаться до тех пор, пока все дети не найдут мячик.

Затем педагог предлагает всем повернуться лицом к стене и закрыть глаза, а сам в это время прячет мячик. По сигналу «Готово!» дети открывают глаза и расходятся по комнате в поисках мячика. В конце игры отмечается тот, кто первый увидел мячик, а также те дети, которые проявили наибольшую выдержку, наблюдательность, сообразительность.

Вариант: кто первый найдет мячик вместе с воспитателем, прячет его, а дети ищут.

Правила: тот, кто найдет, должен подойти к воспитателю, тихо сказать на ухо, где он увидел мячик, и отойти на свое место.

Подвижная игра «Игра в мяч»

Цель. Развивать ловкость, зрительно – моторную координацию.

Ход. Взрослый произносит слова:

Кач, кач, кач. Дети берут мячи и встают в круг.

Поиграть хотим мы в мяч

Из корзины, где игрушки,

Поскорей его достань

И играть со всеми встань

Кач, кач, кач. Дети бросают мяч двумя руками

Высоко подбросим мяч! вверх и ловят его.

А потом его поймаем

И подбросим снова ввысь.

Только мячик наш держись.

Кач, кач, кач. Бросают мяч двумя руками о пол

Мы о пол ударим мяч! и ловят его.

А потом его поймаем

И ударим снова в низ.

Только мячик наш держись.

Кач, кач, кач.

Утомился бедный мяч. Дети кладут мячи в корзину.

Закатился в уголок.

И тихонечко умолк.

Правила: выполнять движения согласно тексту.

Подвижная игра «Лови – бросай»

Цель. Развивать координацию движений, ловкость, фиксацию взора.

Ход. Дети стоят в кругу, взрослый — в центре. Он перебрасывает мяч и ловит обратно, говоря: «Лови, бросай, упасть не давай!».

Текст произносит не спеша, чтобы успеть поймать и бросить мяч. Расстояние постепенно увеличивается: от 1 до 2 м и более.

Правила: ловить мяч, не прижимая его к груди; бросать точно взрослому двумя руками в соответствии с ритмом произносимых слов.

Усложнение: дети стоят в парах и перебрасывают мяч друг другу.

Подвижная игра «Конкурс с яблоком»

Цель: Учить действовать сообща в паре, развивать ловкость, координацию.

Пособия: небольшой резиновый мяч.

Описание игры: этот конкурс также не требует никакой особой подготовки – нужно всего лишь взять маленький мяч - яблоко, предложить участникам произвольно разбиться на пары, повернуться друг к другу лицом и, зажав между лбами или руками мяч, выполнить любые команды ведущего: «Шаг влево», «Два шага вправо», «Подпрыгнуть», «Присесть» и т. п. У какой пары все задания получатся лучше, та и заслужила приз. Для задора можно движения выполнять под музыку.

Подвижная игра «Шмель»

Цель: Развивать мышцы пальцев и кисти, приучающие правильно оценивать направление движения мяча и необходимые мышечные усилия. Воспитывать проявление активности, умение ловко действовать в игровой ситуации.

Пособия: мяч.

Подготовка к игре: в игре могут принять участие от 10 до 20 человек. Играющие располагаются по кругу на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру.

Описание игры: мяч перекачивается внутри круга по земле. Играющие руками отбивают мяч от себя, стараясь осалить им другого. Мяч – это шмель. Если кто-либо не успеет отбить мяч и будет осален им (не выше колен), то считается ужаленным. Он поворачивается спиной к центру круга и в игре участие не принимает до тех пор, пока не будет осален следующий. Тогда первый ужаленный вновь вступает в игру, а второй поворачивается спиной к центру.

Правила игры: ловить мяч и отбивать его ногами нельзя

Подвижная игра «Стой!»

Цель: Совершенствовать технику бега, координацию движений рук и ног. Формировать зрительное внимание, ловкость. Способствовать положительному влиянию занятий спортом.

Пособия: малый мяч.

Описание игры: игроки выбирают водящего. Играющие, кроме водящего, становятся в круг и рассчитываются по порядку номеров. Водящий с малым мячом находится в кругу. По сигналу руководителя водящий ударяет мячом о пол и вызывает один из номеров. Играющий номер, который назвал водящий, бежит в середину круга и старается поймать мяч. Остальные игроки разбегаются по площадке. Как только новый водя-

щий поймает мяч, он говорит: «Стой!». Играющие должны остановиться и стоять неподвижно на месте, а водящий старается попасть мячом в любого игрока. Игроки могут увертываться от мяча, не сходя со своего места. Если водящий не попадает в игрока, он должен бежать за мячом; игроки опять разбегаются по площадке. Поймав мяч, водящий говорит «Стой!». Если водящий попадает в кого-либо из играющих, они меняются местами, и игра начинается сначала.

Правила игры:

1. После команды «Стой!» игроки должны немедленно остановиться.
2. Не разрешается сильно бросать мяч.

Подвижная игра «Стрелок»

Цель: Развивать бег, увертливость, ловкость.

Пособия: мяч.

Описание игры: на расстоянии 10-15 м проводят две параллельные линии. Между ними чертят круг диаметром 2 м. Считалкой выбирают Стрелка – он с мячом в руках становится в круг. Остальные игроки перебегают от одной линии к другой, а Стрелок старается попасть в них мячом. Тот, в кого попал, становится Стрелком. Мяч, брошенный мимо, игроки перебрасывают Стрелку. Если игрок поймал мяч, брошенный в него, то это не считается попаданием.

Подвижная игра «Сбей кеглю»

Цель: развивать глазомер и меткость.

Описание игры: на полу чертят линию. На расстоянии 1-1,5 м от нее ставят 2-3 кегли. Дети по очереди подходят, берут мячи и катят их, стараясь сбить булаву. 3 раза каждый.

Подвижная игра «Кого назвали, тот и ловит мяч»

Цель. Развивать внимание, ловкость, быстроту реакции на сигнал.

Ход. Дети ходят или бегают по площадке. Взрослый держит в руках мяч. Он называет имя одного из детей и бросает мяч вверх. Названный должен поймать мяч и снова бросить его вверх, назвав имя кого-нибудь из детей. Бросать мяч надо не слишком высоко и в направлении ребенка, имя которого называют.

Правила: слушать сигнал.

Подвижная игра «Найди себе пару»

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Развивать инициативу, сообразительность.

Описание игры: Играющие стоят вдоль стены. Воспитатель дает каждому по одному мячу. По сигналу воспитателя – дети разбегаются по площадке. По другому сигналу, или по слову «Найди себе пару!», дети, имеющие мячи одинакового цвета, находят себе пару, каждая пара, используя мячи, делает ту или иную фигуру. В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары. Играющие говорят: «Ваня, Ваня – не зевай, быстро пару выбирай!».

Играющие становятся в пары и разбегаются по сигналу (слову) воспитателя.

Каждый раз играющие должны иметь пару.

Подвижная игра «Мой весёлый звонкий мяч»

Цель: учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убежать только тогда, когда будут, произнесены последние слова.

Описание. Дети стоят с одной стороны площадки, около них воспитатель с мячом в руках. Он показывает, как легко и высоко подпрыгивает мяч, если его отбивать рукой, сопровождая действия словами:

Мой весёлый звонкий мяч,

Ты куда пустился вскачь?

Красный, жёлтый, голубой,

Не угнаться за тобой.

Затем воспитатель предлагает детям выполнить прыжки, при этом отбивая мяч о землю. Прочитав снова стихотворение, он говорит: «Сейчас догоню!» Дети перестают прыгать и убегают. Воспитатель делает вид, что ловит их. Воспитатель, не пользуясь мячом, предлагает детям выполнить прыжки, сам же при этом поднимает и опускает руку над головами детей, как будто отбивает мячи.

Подвижная игра «Лови – бросай»

Цель.Развивать координацию движений, ловкость, фиксацию зрения.

Ход. Дети стоят в кругу, взрослый — в центре. Он перебрасывает мяч и ловит обратно, говоря: «Лови, бросай, упасть ни давай!».

Текст произносит не спеша, чтобы успеть поймать и бросить мяч. Расстояние постепенно увеличивается: от 1 до 2 м и более.

Правила: ловить мяч, не прижимая его к груди; бросать точно взрослому двумя руками в соответствии с ритмом произносимых слов.

Усложнение: дети стоят в парах и перебрасывают мяч друг другу.

Подвижная игра «Ловишка с мячом»

Цель. Развивать скоростные качества, ориентировку в пространстве, фиксацию взора, глазомер.

Ход. 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 в стороны детей.

Правила: передавать мяч, точно согласуя движения с ритмом произносимых слов; тот, кого запятнает мяч, пропускает один кон игры; мяч бросать, целясь в ноги.

Подвижная игра «Догони мяч!»

Цель: Развивается внимательность, сообразительность, быстрота, точность движения.

Материал: Мячи – большой и маленький.

Ход игры: Играющие образуют круг. Воспитатель приносит два мяча – большой и маленький. Дети должны по сигналу передавать мячи по кругу. По сигналу: «Большой, вперёд!» - передаётся большой мяч, а за ним через два человека по сигналу: «Маленький, вперёд!» - маленький. Через некоторое время по указанию воспитателя начинают передавать мячи в другую сторону, т. е. большой мяч догоняет маленький. Игра продолжается, пока один мяч не догонит другой.

Подвижная игра «Лови - не лови»

Цель: Воспитывать сообразительность и быстроту реакции.

Ход игры: Игроки строятся в круг, в центре круга – водящий с мячом в руках. Водящий поочередно бросает мяч каждому игроку и произносит в момент броска любое слово (дерево, яблоко, стол, пуговица и др.). Если слово означает съедобное понятие (конфета, молоко, каша и др.), то игрок ловит мяч, если же слово означает несъедобное понятие (банка, ботинок, ложка и др.) – игрок отталкивает мяч. Тот, кто ошибается, получает штрафное очко. Нового водящего выбирают среди самых внимательных игроков.

Если детей много, то можно ввести в игру двух водящих.

Подвижная игра «Передай мяч»

Цель: Тренировка точности движений, концентрации внимания, быстроты реакции.

Подготовка. Играющие делятся на несколько групп - команд, и каждая из них выстраивается в колонну по одному, одна параллельно другой. Игроки в колоннах стоят на расстоянии вытянутых рук. У впереди стоящих в колоннах - по мячу или другому предмету.

Описание игры.

Вариант 1. По сигналу стоящие впереди игроки передают мяч над головой стоящим сзади них. Те таким же способом передают мяч сзади стоящим. Каждый раз последний игрок в колонне, получив мяч, бежит справа от колонны к руководителю, а затем становится первым в своей колонне. Команда того, кто принесёт мяч раньше других, получает выигрышное очко. Затем также по сигналу начинают передавать мяч в колоннах. И так играют до тех пор, пока все участники не побывают в конце колонн и не доставят мяч руководителю.

Выигрывает команда, которая закончит игру первой с наименьшим количеством штрафных очков.

Правила игры: 1. Игра начинается только по сигналу руководителя. 2. Передавать мяч можно над головой, а не другим способом. 3. Уронивший мяч должен его поднять, встать на место и продолжить игру. 4. За каждое нарушение начисляются штрафные очки.

Вариант 2. Можно передавать мяч и под ногами, широко расставив их.

Игровое упражнение «Прокати не упусти»

Дети берут мячи и становятся на исходную линию. По команде «Покатили!», толкают мяч двумя руками, прокатывают его в прямом направлении.

Игровое упражнение «Поймай мяч, брошенный воспитателем»

Взрослый, стоя напротив ребенка, расстояние 1 - 1,5 м., бросает ему мяч. Ребёнок возвращает мяч. Взрослый сопровождает действия словами:

«Лови, бросай, упасть не давай».

Каждое слово сопровождается

броском мяча.

Слова нужно произносить медленно.

Игровое упражнение «Перебрось через шнур»

Ребенок становится напротив шнура натянутого на высоте поднятой руки малыша. Расстояние от ребенка до шнура 1,5-2 м. ребенок бросает мяч из-за головы двумя руками, стараясь перебросить его через веревку, затем бежит за ним.

Игровое упражнение «Прокати не задень»

Дети берут мячи и становятся в две колонны. По одному дети начинают прокатывать мяч между предметами, подталкивая его двумя руками, не отпуская от себя далеко.

Игровое упражнение «Чей мяч дальше»

Ребёнок бросает мяч, стоя на линии, начерченной на земле. На месте падения взрослый делает метку и предлагает бросить ещё дальше.

Игровое упражнение «Попади в круг»

Ребенок берет малые мячи (по два в правую и левую руку), встает на расстояние 1,5-2 м. от круга и бросает мяч в круг.

Игровое упражнение «Прокати мяч»

Дети встают в пары, садятся на пол напротив друг друга расстояние 2-2,5м. Отталкивают мяч партнеру, тот ловит и отталкивает его обратно.

Можно прокатывать мяч из разных исходных положений.

Игровое упражнение «Подбрось, поймай, упасть не давай»

Ребенок подбрасывает мяч вверх и ловит его двумя руками не менее 3-5 раз подряд. Взрослый считает, сколько раз малыш поймал мяч.

Игровое упражнение «Догони»

Дети стоят на боковой линии, мяч перед ногой. По сигналу ударить ногой по неподвижному мячу, догнать его, взять в руки и стать на прежнее место.

Игровое упражнение «Попади в мишень»

Ребенок берет малые мячи (по два в правую и левую руку), встает на расстояние 1,5-2 м. от мишени бросает мяч в мишень.

Игровое упражнение «Веселый мяч»

Дети берут мячи, встают в рассыпную по залу. Исходное положение: ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках у груди. Бросание мяча у носков ног, ловля двумя руками после отскока от пола, стараясь не прижимать к груди, не менее 3-5 раз подряд.

Игровое упражнение «Мяч шалунишка»

Дети стоят на линии старта, по сигнал прокатить мяч по скату руками, догнать его и остановить ногой, обратно ведение мяча ногой.

Игровое упражнение «Закати мяч в ворота»

Взрослый предлагает ребенку встать напротив ворот, присесть на четвереньки (расстояние 1,5-2 м., ширина 40-50 см.) и катить мяч в ворота. Затем добежать до ворот, забрать мяч.

Игровое упражнение «Попади в ворота»

Дети стоят на боковой линии. Перед ними на расстоянии 2 м. ворота. По сигналу ударить по неподвижному мячу ногой так, чтобы он закатился в ворота, затем догнать мяч и вернуться на линию старта.

Игровое упражнение «Гонка мячей»

Дети стоят на линии старта, мяч перед ногой. По сигналу вести мяч правой и левой ногой до противоположной линии, взять мяч в руки, поднять вверх, потянуться за ним, затем вести обратно.

Игровое упражнение «Отбей мяч»

Дети берут мячи, встают в рассыпную по залу. Исходное положение: ноги на ширине плеч, мяч в одной руке. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно.

Игровое упражнение «Прокати по мостику»

Взрослый обращает внимание ребенка на мостик (гим. скамейку), предлагает ребенку прокатить мяч по мостику.

Игровое упражнение «Успей поймать»

Дети, стоя друг напротив друга, расстояние 1,5 м. Один ребенок бросает мяч, другой ловит и бросает его обратно. Можно сопровождать действия словами:

«Лови, бросай, упасть не давай».

Каждое слово сопровождается броском мяча. Слова нужно произносить медленно.

Игровое упражнение «Поиграй со мною мяч»

Ребенок подбрасывает мяч вверх и ловит его после отскока об пол. Взрослый считает, сколько раз малыш поймал мяч.

Игровое упражнение «Мяч высоко»

Ребенок подбрасывает мяч вверх и ловит его после одного, двух хлопков. Взрослый считает, сколько раз малыш поймал мяч.

Игровое упражнение «Играй, играй мяч не теряй»

Дети берут мячи, встают на исходную линию. Исходное положение: ноги на ширине стопы, мяч в одной руке. Отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет. Программа «Играйте на здоровье» и технологии ее применения в ДОУ. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004. – 112 с.

1. Журнал «Инструктор по физкультуре» 2012 №4 «Совершенствование двигательных навыков в подвижных игр с мячом». – М.: ТЦ Сфера, 2012 г.

3. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. – М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2010. – 128с.

4. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2009. – 112с.

5. Степаненкова Э.Я. - Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2014. – 144с.

6. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика - Синтез, 2006. – 96 с.