

«Рассмотрено»
на педагогическом Совете №1
Протокол от 29.08.2022 г. № 1

Утверждаю:
Приказ № 243 от 29.08.2022 г.
Заведующий МБДОУ №17 «Родничок»
О.Ю.Сердарова



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КРУЖКА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 5 ДО 7 ЛЕТ
«ШКОЛА МЯЧА»**

НА 2022-2023 УЧЕБНЫЙ ГОД

**Составитель: инструктор по физической культуре
высшей категории**

**МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 17 «РОДНИЧОК»
СЕРДЮКОВА МАРИНА ВЛАДИМИРОВНА**

Содержание

1. Целевой раздел

- 1.1 Пояснительная записка.
- 1.2 Цели и задачи программы «Школа мяча».
- 1.3 Принципы и подходы к формированию программы.
- 1.4 Возрастные и индивидуальные особенности детей.
- 1.5 Планируемые результаты освоения программы.
- 1.6 Система оценки освоения программы.

2. Содержательный раздел

- 2.1 Особенности организации образовательного процесса.
- 2.2 Формы и методы работы кружка.
- 2.3 Методическое обеспечение программы.
- 2.4 Календарно-тематическое планирование занятий кружка.
- 2.5 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

3. Организационный раздел

- 3.1 Условия, необходимые для реализации программы.
- 3.2 Этапы реализации программы.
- 3.3 График организации занятий кружка.

Список используемой литературы

Приложение

1. Конспекты занятий.
2. Сценарии спортивных развлечений.
3. Беседы с детьми.
4. Подвижные игры.
5. Комплекс игровых логоритмических упражнений с мячом.

1.Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Программа кружка составлена на основе:

- Федеральным законом от 29.12. 2012 г № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. N 1008 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26;
- Уставом учреждения;
- Дополнительной общеобразовательной программой учреждения;
- Учебным планом муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №17 «Родничок»;
- Годовым календарным графиком муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №17 «Родничок»;
- На основании 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 особенностей.

С 1 сентября 2022 года мною будет применяться на занятиях

нестандартное игровое пособие «Чудо-

парашют», для использования которого разработана картотека различных игр и упражнений, а также комплекс ОРУ. Игры «Парашютом» способствуют: развитию внимания, памяти, выработке согласованности движений с музыкой, укреплению мышц спины и рук, активизируют двигательные навыки, развивают координацию движений, развивают творческие способности и вызывают положительные эмоции.

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 объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки. 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 основной 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»

1.2 Цели и задачи программы «Школа мяча»

Цели:

Овладение детьми действий 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, сердечнососудистой, 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 мяча 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 действия с правилами, действиями товарищей

1.3 Принципы и подходы к формированию программы

-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 семьей

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

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

1.4 Возрастные и индивидуальные особенности детей:

Возрастной период от 5-7 лет называют периодом «первого выражения»; за один год ребёнок может вырасти до 7-10 см, на протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц -200 гр, а роста-0,5 см. Развитие опорно-двигательной системы (скелет. Суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребёнка к пяти –шести годам еще не завершено. В этом возрасте у ребёнка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей , но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают упражнения в ходьбе, беге, прыжках, метании. В возрасте 5-7 лет улучшается координация движений. Дети способны выполнять упражнения более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, появляется доступность в умении выполнять упражнения различной амплитудой переходить от медленных к более быстрым движениям.

В этом возрасте совершенствуются основные процессы ЦНС: возбуждение и особенно торможение, и несколько легче формируются все виды условного торможения. Интенсивно формируется сердечно-сосудистая система. Средняя частота пульса к 6-7 годам составляет 92-95 ударов в минуту. Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых взрослого. Жизненная ёмкость лёгких невелика, поэтому он дышит чаще, в среднем 25 раз в минуту. Исследования по определению общей выносливости детей (на примере беговых и прыжковых

упражнений) показали, что резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей этого возраста достаточно высокие.

1.5 Планируемые результаты освоения программы

В результате освоения данной программы воспитанник должен уметь:

- бросать мяч вверх, об землю и ловить его несколько раз подряд одной и двумя руками;
- прокатывать набивные мячи из разных исходных положений: стоя, сидя, стоя на коленях;
- перебрасывать мяч из разных положений, во время ходьбы и бега;
- перебрасывать мяч друг другу через сетку;
- передавать мяч с отскоком от пола из одной руки в другую стоя и в движении;
- отбивать мяч одной рукой от пола на месте и в движении;
- вести мяч, продвигаясь вперед бегом, прыжками, между предметами;
- бросать мяч в цель из положений стоя, на коленях, сидя;
- забрасывать мяч в баскетбольное кольцо.

Ребёнок освоил элементы спортивных игр:

Баскетбол:

- умеет передавать мяч друг к другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча)
- умеет перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении
- умеет ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу у пола, и с разных сторон)
- умеет забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча
- умеет ввести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь по сигналу

Волейбол:

- умеет выполнять отбивание мяча после подачи соперника через сетку
- умеет производить подачу надувного мяча одной рукой через снизу, сверху

Футбол:

- умеет передавать мяч друг к другу, отбивая его правой, левой ногой, стоя на месте
- умеет ввести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Пионербол:

- умеет производить подачу из-за лицевой линии
- умеет выполнять бросок через сетку из разных частей площадки
- способен выполнять игровые действия в команде
- правильно реагирует на свисток и жесты судьи

1.6 Система оценки результатов освоения программы

Метод диагностики: тестовые задания на выявление уровня владения мячом.

- Броски мяча вверх и ловля его:
не менее 10 раз – 3 балла,
от 5 до 10 раз – 2 балла,
менее 5 – 1 балл.

- Отбивание мяча об пол одной рукой:
не менее 10 раз подряд – 3 балла,
от 5 до 10 раз – 2 балла,
менее 5 – 1 балл.
- Отбивание правой – левой рукой на месте:
не менее 10 раз подряд – 3 балла,
от 5 до 10 раз – 2 балла,
менее 5 – 1 балл.
- Ведение мяча, продвигаясь бегом:
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет
упражнение – 3 балла,
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Перебрасывание мяча через сетку друг другу:
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет
упражнение – 3 балла,
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо:
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет
упражнение – 3 балла,
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Ведение мяча прыжками:
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет
упражнение – 3 балла,
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
не справляется с выполнением задания – 1 балл.
- Бросание мяча вдаль до указанных ориентиров:
технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет
упражнение – 3 балла,
допускает ошибки при выполнении упражнения – 2 балла,
не справляется с выполнением задания – 1 балл.

Комментарий к проведению диагностики.

Все оценки показателей по каждому заданию суммируются. Наивысшее число баллов, которое может получить ребенок – 24. На основе набранной суммы можно дифференцировать детей по уровню усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом:

- 19-24 баллов - высокий уровень,
- 13-18 баллов - средний уровень,
- 8-12 баллов – низкий уровень.

2.Содержательный раздел

2.1 Особенности организации образовательного процесса

Место занятий в учебном плане.

При организации образовательного процесса учитываются принципы интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. В основу организации образовательного процесса определен комплексно-тематический принцип с ведущей игровой деятельностью, а решение программных задач осуществляется в разных формах совместной деятельности взрослых и детей, а также в самостоятельной деятельности детей.

Занятия кружка «Школа мяча» проводятся для детей старшего и подготовительного дошкольного возраста 2 раза в неделю во вторую половину дня инструктором по физическому воспитанию. Занятия проводятся в музыкальном зале.

Общее количество занятий за учебный год – 72.

Продолжительность занятия – 25-30 минут.

Педагогический анализ знаний, умений, навыков детей (диагностика) проводится 2 раза в год (вводный – в октябре, итоговый – в апреле). Педагогическая диагностика освоения детьми техники владения мячом проводится по критериям, предложенным Николевой Н.И. («Уровни усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом»).

На занятиях и вне занятий: Проведение бесед об истории и правил спортивных игр с мячом. Дети должны освоить технику игры в волейбол (пионербол), баскетбол, состоящую из двух видов действий: движения, которые выполняются без мяча или с мячом в руках без передачи его партнеру (стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения) Действия с мячом: ловля, передача, ведение и забрасывание в корзину, подача мяча, перебрасывание мяча через сетку. Перемещение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами

2.2 Формы, методы работы кружка

Форма обучения: специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом. Итогом детской деятельности могут служить физкультурные досуги, праздники, развлечения.

Срок реализации программы 2 года.

Учебный год длится 9 месяцев - с сентября по май.

Количество детей, посещающих кружок, составляет 11 человек. Предполагается проведение по два занятия в неделю (в каждой группе) во вторую половину дня в музыкальном зале продолжительностью 25-30 минут. Сентябрь является адаптационным периодом для детей, посещающих дошкольное учреждение, и поэтому в это время педагог знакомится с детьми и их родителями в повседневной обстановке, проводит диагностику, выявляет детей, желающих посещать занятия. На занятиях в кружке «Школа мяча» с детьми, а также в работе с родителями широко используются ИКТ. Использование компьютера, интерактивной доски и мультимедийной техники в целях воспитания и развития творческих способностей ребенка, формирования его личности. Форма подведения итогов: диагностическое обследование детей по усвоению программы. Отличительные особенности данной программы: систематизирована структура организации занятий; направлена на всестороннее развитие личности ребенка, его неповторимой индивидуальности.

Используются следующие методы и приемы в работе кружка:

- показ образца с одновременным объяснением, выполнением действий и включением в них детей;
- пояснение и показ упражнений;
- повторение упражнения;
 - использование схематичных изображений - алгоритмов выполнения упражнений;
 - творческие задания;
 - игровые и соревновательные задания.

2.3 Методическое обеспечение программы.

1. Методические рекомендации по структуре занятий:

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

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

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

(Занятия проводятся в спортивном зале, в теплое время года на спортивной площадке).

2. Методика обучения игре в баскетбол.

Успешное выполнение игровых действий с мячом связано с овладением детьми наиболее целесообразными приемами перемещения по площадке. Детей учат принимать основную стойку баскетболиста: ноги умеренно согнуты в коленях, расставлены на ширину плеч, одна из них выставлена на полшага вперед; тяжесть тела распределяется на обе ноги равномерно; руки согнуты в локтях, прилегают к туловищу.

Передвижение по площадке осуществляется преимущественно бегом, который сочетается с ходьбой, остановками, поворотами и прыжками. Упражнения в перемещении по площадке совмещаются с действиями с мячом. Следует помнить, что, удерживая мяч двумя руками, ребенок должен охватывать его широко расставленными пальцами не совсем сбоку, а

несколько сзади. Мяч лучше держать так, чтобы он не закрывал лицо играющего и не ограничивал видимости. При ловле мяча его встречают руками, захватывают пальцами и, сгибая руки, мягко подтягивают к себе, не прижимая к груди. Кисти рук при этом должны быть расслаблены, а ноги надо эластично сгибать. Передача мяча и его ловля выполняются сначала с места, потом в движении, одновременно двумя (от груди) и одной рукой (от плеча). Эти упражнения усложняют последовательно. От индивидуальных действий с мячом детей переводят к упражнениям парами. Позднее группе детей начинают приучать к правильной технике передачи мяча: в правильной стойке, держа мяч на уровне груди двумя руками, ребенок совершает небольшое дугообразное движение к туловищу по направлению вниз - на грудь, а затем, разгибая одновременно руки и ноги и действуя всем корпусом, он посылает мяч активным движением кистей вперед.

Броскам мяча в корзину детей обучают одновременно с обучением передаче мяча, так как эти движения сходны по структуре. Однако в броске мяча, в отличие от передачи, ребенок описывает мячом, который он удерживает в исходном положении у груди, небольшую дугу вниз на себя, а затем бросает его, выпрямляя руки вверх, но не вперед. Одновременно разгибаются ноги, туловище устремляется вверх - вперед, происходит приподнимание на носки, руки сопровождают полет мяча, отталкивают его кистями, направляя в корзину. Прицеливаясь, следует смотреть в ту точку, в которую хочешь попасть мячом, поднимая при этом голову. Детей упражняют в бросании мяча в цель через веревку, сетку, высота которых постепенно увеличивается.

3. Методика обучения катанию, бросанию и ловле, метанию.

Катание — полезное упражнение, помогающее овладеть мячом, тренирующее мышцы пальцев и кисти, приучающее правильно оценивать направление движения мяча и необходимые при этом мышечные усилия. Для успешного прокатывания следует направлять мяч вперед, стараясь, чтобы он не уклонялся в сторону, толчок должен быть сильным и уверенным. Толчок должен выполняться пальцами выпрямленных рук, как бы сопровождая ими движение мяча.

Бросание и ловля — более сложные движения, требующие глазомера. При ловле мяча важно правильно оценить направление его полета, а при броске сочетать необходимое направление с силой броска. Полезно подбрасывание мяча вверх. Оно связано с активным выпрямлением, как бы потягиванием за брошенным предметом, и это упражнение, помимо укрепления мышц плечевого пояса, содействует хорошей осанке. При овладении действиями с мячом большое место занимают индивидуальные упражнения,

самостоятельные попытки детей играть с мячом: бросать его в любом направлении, использовать усвоенный способ броска - снизу, сбоку, от плеча. Бросок о землю должен выполняться вертикально вниз с соблюдением точности направления и определенной силы толчка. При слабом ударе приходится наклоняться вниз, чтобы поймать мяч, а при излишне сильном ударе мяч высоко взлетает и его трудно поймать. Успех в данном упражнении во многом зависит от состояния поверхности, поэтому бросание мяча вниз инструктор организует на асфальтовой дорожке, плотной, ровной площадке.

Мяч, брошенный вверх или отскочивший от земли, ловят двумя руками одновременным хватом с двух сторон или снизу, подставляя ладони под взлетевший мяч. Пальцы слегка согнуты, образуя как бы чашу. Мяч, брошенный сверстником, надо ловить

не прижимая к груди, стараясь встречать при ловле пальцами, руки выпрямлять по направлению к летящему мячу, а поймав, согнуть их и подтянуть мяч к груди. Дети ловко и непринужденно бросают и ловят мяч. Поэтому они могут находиться в разных положениях - сидя, стоя, парами.

Метание в цель (горизонтальную и вертикальную) выполняется мячами резиновыми или теннисными, мешочками с песком, шишками, снежками. Горизонтальной целью может служить ящик, пенек, корзина, вертикальной - щит с нарисованным кругом, обруч, большой мяч, дерево и т.п. в зависимости от характера цели, веса и величины метаемого снаряда выбирается способ метания. Большой мяч в корзину или лежащий на земле обруч бросают двумя руками снизу, маленький мяч или шишку — одной рукой. В вертикально расположенную цель чаще бросают небольшой снаряд одной рукой. В метании надо обращать внимание на чередование бросков правой или левой рукой - это важно для гармоничного развития обеих рук, для профилактики появления нарушения осанки.

Метание вдаль не требует такой точности, глазомера, как метание в цель. Движения детей здесь более свободные, размахистые, энергичные. Часто, бросок, хотя и резкий, направляется вниз, и предмет падает близко от ребенка (в пределах 0,5,- Дм), детей надо обучить правильному метанию вперед-вверх. По такой траектории мяч улетит далеко. Без зрительного ориентира дети с трудом понимают, как это выполнить. Поэтому инструктор предлагает перебросить мяч через куст, ветку дерева или подвешивает веревку несколько выше поднятой руки ребенка. Дети располагаются на расстоянии 2 - 3 м. сам инструктор должен правильно показать детям движение с соблюдением всех основных требований техники или для показа подготовить ребенка, умеющего хорошо метать. Метание вдаль выполняется разными способами: от плеча, из-за спины через плечо с предварительным замахом, снизу, сверху, сбоку.

Вдаль метают мячи, мешочки с песком, шишки, снежки. Вырезанные из картона круги метают способом сбоку, напоминающим метание диска. Мячи должны быть разнообразными: маленькие резиновые или теннисные диаметром 5-6 см. Для некоторых упражнений и игр используются надувные мячи. Мячи должны хорошо отскакивать.

4. Методика обучения игре в футбол

Для организации занятий по физическому воспитанию с детьми младшего возраста на основе использования элементов игры в футбол необходимо осуществить ряд последовательных мероприятий. Суть их заключается в подготовке мест и инвентаря в спортивном зале или на спортивной площадке, подборе соответствующих возрастным особенностям способов владения мячом, создании условий выполнения различных движений в голеностопном, коленном и тазобедренном суставах, использовании упражнений для двигательного действия футболиста (удары по мячу, передачи, остановки, ведения).

Рекомендуется применять специальные упражнения в следующей последовательности: на развитие «чувства мяча»; на обучение ударам; на обучение остановок и передач; на обучение ведения; комбинированные упражнения, направленные на закрепление и совершенствование игры в футбол. Занятия необходимо проводить длительностью по 15 минут. Включать элементы игры в футбол в каждое занятие в процентном соотношении 25% от общего времени занятий.

В процессе деятельности необходимо использовать упражнения, в условиях обеспечивающих интеграцию познавательной и двигательной деятельности детей. Для этого необходимо подготовить спортивный _ инвентарь и оборудование с дидактической символикой (мячи, ворота, ориентиры, мишени, обводки).

Игра в футбол по упрощенным правилам проводится малыми командами от 2 до 4 человек. Рекомендуемая длительность игры - два тайма по 3 минуты

Перед игрой детей знакомят с правилами игры в футбол.

На каждом этапе обучения необходимо осуществлять анализ выполнения детьми двигательных действий и установить основные ошибки. Определить, в какой фазе движений они происходят, использовать подводящие упражнения различными частями тела, таким образом, чтобы достичь согласования отдельных движений.

2.4 Календарно-тематическое планирование занятий кружка

Календарно-тематический план для детей 5-6 лет

Сентябрь

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<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</p> <p>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: <u>ОРУ</u> с массажным мячом. <u>П/И</u> «Брось - догони». <u>П/И</u> «Подбрось - поймай». <u>Дых.упр-е</u> «Носик балуется».</p> <p>3Часть: 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: <u>ОРУ</u> с большим мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с мячиком для пинг-понга. <u>ОВД</u> 1.Катание мяча «змейкой» между предметами. 2.Бросание малого мяча вверх и ловля его одной рукой. <u>П/И</u> «Попади в цель». <u>П/И</u> «Шмель». <u>Дых.упр-я</u> «Смешинка» «Шарик лопнул».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Пляж» «Волшебный сон»</p>

ОКТАБРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<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</p>	<p>1 Часть: Ходьба приставным шагом боком, прямо. Бег «покажи пятки». Ходьба.</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с малым резиновым мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с брусочком. <u>ОВД</u> 1.Отбивание мяча о пол двумя руками, стоя на месте. 2.Прокатывание мяча с</p>	<p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Весёлая клоунада».</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с надувным мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с пластмассовым массажным мячиком. <u>ОВД</u> 1.Подбрасывание мяча вверх и ловля его с хлопком. 2.Самостоятельные игры с мячами.</p>

движения.	горки. П/И «Мяч сквозь обруч». П/И «Ловишки с мячом». <u>Дых.упр-я</u> «Подуй на листик» «Летят мячи». 3 Часть: Релаксация «Змейки греются на солнышке» (1)	П/И «Мяч среднему». П/И «Быстрый мячик». <u>Дых.упр-я</u> «Ветер и листья» «Ёжик». 3 Часть: Релаксация «Ковёр – самолёт» (3)
-----------	--	--

НОЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
1. Учить бросать и ловить мяч друг другу из положения сидя; забрасывать мяч в баскетбольную корзину, принимая правильную стойку. 2. Познакомить со спортивными играми с мячом. 3. Воспитывать желание заниматься в команде.	1 Часть: Ходьба семенящим шагом, широким шагом, с поворотом кругом. Подскоки, боковой галоп. Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с малым пластмассовым мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> со шнурком. <u>ОВД</u> 1. Бросание и ловля мяча друг другу из положения сидя. 2. Забрасывание мяча в баскетбольную корзину. П/И «Ловкая пара». П/И «Мяч вдогонку». <u>Дых.упр-я</u> «Каша кипит» «Дует ветер». 3 Часть: Релаксация «Аромалочка» (1) «Каждый спит» (2).	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Антошка». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с фитболом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с карандашом. <u>ОВД</u> 1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (10 раз подряд). 2. Прокатывание мяча по полу между предметами «змейкой», до ориентира, вокруг ориентиров. П/И «Мяч в кругу». П/И «Догони мяч». <u>Дых.упр-я</u> «Лесной воздух» «Мятник». 3 Часть: Релаксация «Тёплая ванна» (3) Презентация «Виды спорта с мячом» (4).

ДЕКАБРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
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	1 Часть: Ходьба с заданием для рук, ходьба «пингвин». Бег «лошадки». Ходьба. 2 Часть:	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Барби». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с воздушным

<p>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><u>ОРУ</u> со средним мячом.</p> <p><u>Упр-е для кистей рук</u> с попрыгунчиком.</p> <p><u>ОВД</u></p> <p>1. Бросание мяча вверх и ловля его с поворотом кругом.</p> <p>2. Бросание мяча друг другу с хлопком.</p> <p>П/И «Закати мяч в обруч».</p> <p>П/И «Передай мяч».</p> <p>Дых. упражнения «Подуй на снежинку».</p> <p>3 Часть:</p> <p>Релаксация «Звери спят, птицы спят»(1)</p> <p>«Колыбельная» (2).</p>	<p>шаром.</p> <p><u>Упр-е для кистей рук</u> с брусочком.</p> <p><u>ОВД</u></p> <p>1. Отбивание мяча о пол двумя руками, продвигаясь вперёд шагом в прямом направлении (R-5м).</p> <p>2. Метание малого мяча в верт. цель (h-2 м).</p> <p>П/И «Не упусти шарик».</p> <p>П/И «Мяч об пол».</p> <p>Дых. упражнения «Хлопушка»</p> <p>«Молодцы».</p> <p>3 Часть:</p> <p>Релаксация «Фея сна» (3)</p> <p>Просмотр мультфильма «Дедушка и внучек» (4).</p>
--	---	---

ЯНВАРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<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:</p> <p>Ходьба в парах, с высоким подниманием колен.</p> <p>Медленный бег. Ходьба.</p> <p>2 Часть:</p> <p><u>ОРУ</u> с цветным клубком.</p> <p><u>Упр-е для кистей рук</u> с пластмассовым массажным мячиком.</p> <p><u>ОВД</u></p> <p>1. Бросание мяча друг другу и ловля его с поворотом кругом.</p> <p>2. Метание вдаль мячей разного веса и размера правой и левой рукой.</p> <p>П/И «Кати в цель».</p> <p>П/И «Ловкая пара».</p> <p><u>Дых. упр-я</u></p> <p>«Дровосек»</p> <p>«Ах!».</p> <p>3 Часть:</p> <p>Релаксация «Снежинки» (1)</p> <p>«В царстве Снежной Королевы» (2).</p>	<p>1 Часть:</p> <p>Ритмическая гимнастика «Буратино».</p> <p>2 Часть:</p> <p><u>ОРУ</u> с малым резиновым мячом.</p> <p><u>Упр-е для кистей рук</u> с цилиндром.</p> <p><u>ОВД</u></p> <p>1. Отбивание мяча о стенку с хлопком, с поворотом, отскоком от пола.</p> <p>2. Забрасывание малого мяча в напольную корзину.</p> <p>П/И «Подвижная мишень».</p> <p>П/И «Быстрый мячик».</p> <p><u>Дых. упр-я</u></p> <p>«Вырасти большой»</p> <p>«Стёклышко».</p> <p>3 Часть:</p> <p>Релаксация «Сказочный сон» (3)</p> <p>Просмотр мультфильма</p>

		«Неженка» (4).
--	--	----------------

ФЕВРАЛЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<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: <u>ОРУ</u> с малым пластмассовым мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> со шнурком. <u>ОВД</u> 1. Бросание мяча друг другу и ловля его в движении. 2. Прокатывание мяча правой и левой ногой между предметами. П/И «Попади в ворота». П/И «Мяч по дорожке». Дых. упр-я «Мыльные пузыри» «Апчхи!».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Спящий котёнок» (1) юбшэ.л «Звёздочки на небе» (2).</p>	<p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Cocolate».</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> со средним мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с карандашом. <u>ОВД</u> 1. Бросание мяча друг другу и ловля его с отскоком от пола. 2. Метание мяча в горизонт. цель. П/И «Мяч в корзину». П/И «Ловишки с мячом». Дых. упр-я «Гармошка» «Партизаны».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Сосульки тают» (3) Просмотр мультфильма «Упрямый ослик» (4).</p>

МАРТ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<p>1. 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>1 Часть: Ходьба на носках, пятках. Бег с высоким подниманием колен «лошадки». Ходьба.</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с фитболом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с брусочком. <u>ОВД</u> 1. Отбивание мяча одной рукой (правой и левой), продвигаясь вперёд. 2. Прокатывание мяча правой и левой ногой между предметами.</p>	<p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Знаменитое кантри».</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с воздушным шаром. <u>Упр-е для кистей рук</u> с цилиндром. <u>ОВД</u> 1. Забрасывание мяча в баскетбольную корзину. 2. Перебрасывание мяча друг другу через шнур. П/И «Мяч навстречу мячу». П/И «Успей поймать». Дых. упр-я</p>

	П/И «Догони мяч». П/И «Ловкая пара». Дых. упр-я «Обед» «Насос». 3 Часть: Релаксация «Подводный мир» «У лесного ручья»	«Художники» «Дятел».
--	--	-------------------------

АПРЕЛЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
1. Учить элементам спортивных игр с мячом. 2. Развивать мелкую моторику рук. 3. Воспитывать положительные качества личности (инициативность, самостоятельность, активность).	1 Часть: Ходьба спиной вперёд, парами. Бег с выбрасыванием прямых ног вперёд. Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с надувным мячом. Упр-е для кистей рук с пластмассовым массажным мячом. <u>ОВД</u> 1. Отбивание мяча о стенку с хлопком, поворотом, отскоком от пола. 2. Перебрасывание мяча через шнур в команде (элементы пионербола). П/И «Послушный мяч». Дых. упр-я «Дуем друг на друга» «Полёт в космос». 3 Часть: Релаксация «Волшебный сон» (1) «Тайны космоса» (2).	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Детская танцевальная». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с цветным клубком. Упр-е для кистей рук с мячиком для пинг-понга. <u>ОВД</u> 1. Перебрасывание мяча через сетку в команде (элементарный пионербол). П/И «Ты катись, катись, наш мячик». Дых. упр-я «Нырляльщики» «Осы». 3 Часть: Релаксация «Путешествие на облаке» (3) Просмотр мультфильма «Как утёнок-музыкант научился играть в футбол»(4)

МАЙ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
1. Развивать двигательную активность. 2. Воспитывать положительные эмоции. 3. Определить уровень владения мячом.	1 Часть: Ритмическая гимнастика 2 Часть: <u>ОРУ</u> с большим мячом. Упр-е для кистей рук с попрыгунчиком. <u>ОВД</u> Самостоятельные игры с мячами.	Физкультурный досуг совместно с детьми подготовительной группы «Мы - спортсмены». МОНИТОРИНГ

	<u>Дых.упр-я</u> «Сирень» «Песенка». 3 Часть: Релаксация «Цветы распускаются» (1) «Загораем» (2).	
--	--	--

Календарно-тематический план для детей 6-7 лет

СЕНТЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
1. Учить детей метать мяч в горизонтальную цель; вдаль с нескольких шагов. 2. Развивать глазомер, двигательную активность детей. 3. Воспитывать желание заниматься спортом.	МОНИТОРИНГ 1 Часть: Ходьба широким и мелким шагом. Бег с изменением темпа. Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с массажным мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с попрыгунчиком. <u>ОВД</u> 1. Катание мяча в заданном направлении. 2. Метание малого мяча в горизонт. цель правой левой рукой с R 4-5 м. П/И «Горизонтальная мишень». П/И «Точный удар». <u>Дых.упр-е</u> «Носик балуется» 3 Часть: Релаксация «Пляж».	1 Часть: Ходьба с высоким подниманием колен, с перекатом с пятки на носок. Бег мелким и широким шагом. Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с большим мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с мячиком для пинг-понга. <u>ОВД</u> 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». <u>Дых.упр-я</u> «Смешинка» «Шарик лопнул». 3 Часть: Релаксация «Волшебный сон» (3) Презентация «Как стать спортсменом» (4).

ОКТЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
1. Учить детей метать мяч в цель из разных исходных положений. 2. Развивать физические качества (быстроту, ловкость,	1 Часть: Ходьба приставным шагом вправо и влево. Боковой галоп. Ходьба. 2 Часть:	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Дождя не боимся». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с надутым мячом.

<p>выносливость).</p> <p>3. Воспитывать красоту, грациозность движений.</p>	<p><u>ОРУ</u> с малым резиновым мячом.</p> <p><u>Упр-е для кистей рук</u> с брусочком.</p> <p><u>ОВД</u></p> <p>1. Метание в цель из разных исходных положений: стоя на коленях, сидя, лёжа.</p> <p>2. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.</p> <p>П/И «Не упусти мяч».</p> <p>П/И «Догони мяч».</p> <p><u>Дых. упр-я</u></p> <p>«Подуй на листик»</p> <p>«Летят мячи».</p> <p>3 Часть:</p> <p>Релаксация</p> <p>«Змейки греются на солнышке» (1)</p> <p>«Опавшие листья» (2).</p>	<p><u>Упр-е для кистей рук</u> с пластмассовым массажным мячиком.</p> <p><u>ОВД</u></p> <p>1. Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.</p> <p>2. Прыжки с зажатым между коленями мячом.</p> <p>П/И «Закати мяч».</p> <p>П/И «Выстрели мячом».</p> <p><u>Дых. упр-я</u></p> <p>«Ветер и листья».</p> <p>3 Часть:</p> <p>Релаксация</p> <p>«Ковёр – самолёт» (3)</p> <p>Просмотр мультфильма «Спортландия» (4).</p>
---	--	--

НОЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<p>1. Учить метать мяч правой и левой рукой, отбивать мяч о пол, двигаясь «змейкой».</p> <p>2. Развивать глазомер, учить принимать правильную стойку при забрасывании мяча в корзину.</p> <p>3. Воспитывать стремление детей объединяться в команды для подвижных игр по собственному предпочтению.</p>	<p>1 Часть:</p> <p>Ходьба с высоким подниманием колен. Бег «змейкой» поперёк зала.</p> <p>Ходьба.</p> <p>2 Часть:</p> <p><u>ОРУ</u> с малым пластмассовым мячом.</p> <p><u>Упр-е для кистей рук</u> со шнурком.</p> <p><u>ОВД</u></p> <p>1. Метание вдаль мяча с Р6-12 м.</p> <p>2. Отбивание мяча о пол, двигаясь «змейкой» между предметами.</p> <p>П/И «Ловишки с мячом».</p> <p>П/И «Не задень мяч».</p> <p><u>Дых. упр-я</u></p> <p>«Каша кипит»</p> <p>«Ветер дует».</p> <p>3 Часть:</p> <p>Релаксация</p> <p>«Ароматпалочка» (1)</p> <p>«Каждый спит» (2).</p>	<p>1 Часть:</p> <p>Ритмическая гимнастика «Амана кукарела».</p> <p>2 Часть:</p> <p><u>ОРУ</u> с фитболом.</p> <p><u>Упр-е для кистей рук</u> с карандашом.</p> <p><u>ОВД</u></p> <p>1. Бросание мяча от груди, через голову.</p> <p>2. Забрасывание мяча в баскетбольную корзину.</p> <p>П/И «Стоп».</p> <p>П/И «Гонка мячей по кругу».</p> <p><u>Дых. упр-я</u></p> <p>«Лесной воздух»</p> <p>«Маятник».</p> <p>3 Часть:</p> <p>Релаксация</p> <p>«Тёплая ванна» (3)</p> <p>Просмотр мультфильма «Тихая поляна» (4).</p>

ДЕКАБРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<p>1. Учить детей выполнять движения под ритмичную музыку.</p> <p>2. Продолжать учить подбрасывать мяч и ловить его с поворотом кругом.</p> <p>3. Развивать двигательную активность детей.</p> <p>4. Воспитывать чувство товарищества.</p>	<p>1 Часть: Ходьба спиной вперёд, с заданием для рук. Бег с захлестыванием голени. Ходьба.</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> со средним мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с попрыгунчиком. <u>ОВД</u> 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». <u>Дых. упр-я</u> «На турнике» «Подуй на снежинку».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Звери спят, птицы спят» (1) «Колыбельная» (2).</p>	<p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Звёзды Новый год развесил».</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с воздушным шариком. <u>Упр-е для кистей рук</u> с брусочком. <u>ОВД</u> 1. Бросание мяча друг другу с хлопком, с поворотом, с отскоком от пола. Спортивная игра «Пионербол». П/И «Проведи мяч». П/И «Поймай мяч». <u>Дых. упр-я</u> «Хлопушка» «Молодцы».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Фея сна» (3) Просмотр видеоролика с урока физкультуры учеников начальной школы (4).</p>

ЯНВАРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<p>1. Учить детей метать мяч в горизонт. цель; бросать и ловить мяч от стены разными способами.</p> <p>2. Развивать двигательную активность детей и глазомер.</p> <p>3. Учить метать мяч разного веса и размера.</p> <p>4. Воспитывать волевые качества личности (целеустремлённость, выдержку).</p>	<p>1 Часть: Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег с преодолением препятствий. Ходьба.</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с малым резиновым мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с пластмассовым массажным мячиком. <u>ОВД</u> 1. Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперёд. 2. Метание вдаль мячей разного веса и размера</p>	<p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Позитив».</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с цветным клубком. <u>Упр-е для кистей рук</u> с цилиндром. <u>ОВД</u> 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.</p>

	правой и левой рукой. П/И «Не упусти шарик». П/И «Послушный мяч». <u>Дых.упр-я</u> «Дровосек» «Ах!». 3 Часть: Релаксация «Снежинки» (1) «У Снежной Королевы» (2).	П/И «Мяч по дорожке». П/И «Ты катись, катись, наш мячик». <u>Дых.упр-я</u> «Вырасти большой» «Стёклышко». 3 Часть: Релаксация «Сказочный сон» (3) Просмотр мультфильма «Необыкновенный матч» (4).
--	--	---

ФЕВРАЛЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
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.	1 Часть: Ходьба парами, с заданиями для рук. Бег «покажи пятки». Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с пластмассовым малым мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> со шнурком. <u>ОВД</u> 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 «Передал - садись». П/И «Выстрели мячом». <u>Дых.упр-я</u> «Мыльные пузыри» «Апчхи!». 3 Часть: Релаксация «Спящий котёнок» (1) «Звёздочки на небе» (2).	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Наша армия самая сильная». 2 Часть: <u>ОРУ</u> со средним мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с карандашом. <u>ОВД</u> 1.Прокатывание мяча ногами «змейкой» между предметами. 2.Прокатывание мяча ногами с передачей друг другу. П/И «Кто быстрее». П/И «Попади в цель». <u>Дых.упр-я</u> «Гармошка» «Партизаны». 3 Часть: Релаксация «Сосульки тают» (3) Просмотр мультфильма «Болек и Лёлек. Зимняя Олимпиада» (4).

МАРТ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
1.Продолжать учить детей бросать мяч через сетку. 2.Учить детей играм с элементами футбола и волейбола.	1 Часть: Ходьба гимнастическим шагом. Бег враспынную с остановкой по сигналу. Ходьба.	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Мы маленькие дети». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с фитболом.

<p>3.Развивать физические качества (быстроту, силу, ловкость).</p> <p>4.Воспитывать чувство товарищества.</p>	<p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с воздушным шариком. <u>Упр-е для кистей рук</u> с брусочком. <u>ОВД</u> 1.Метание мяча в движущуюся цель правой и левой рукой. 2.Бросание мяча друг другу через сетку. П/И «Волейбол с воздушными шарами». П/И «Не упусти шарик». <u>Дых упр-я</u> «Обед» «Насос». 3 Часть: Релаксация «Подводный мир океана»(1) «У лесного ручья» (2).</p>	<p><u>Упр-е для кистей рук</u> с цилиндром. <u>ОВД</u> 1.Удерживание мяча на голове как можно дольше. 2.Отбивание мяча коленом. П/И «Мы – футболисты». <u>Дых.упр-я</u> «Художники» «Дятел». 3 Часть: Релаксация «Ароматпалочка» (3) Просмотр видеоролика с урока физкультуры учеников начальной школы (4).</p>
---	---	---

АПРЕЛЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<p>1.Учить детей прокатывать мяч, попадая в ворота; забрасывать мяч в баскетбольную корзину.</p> <p>2.Обучать детей спортивным играм с выполнением простейших правил.</p> <p>3.Воспитывать интерес к спортивным играм.</p>	<p>1 Часть: Ходьба «змейкой» поперёк зала. Бег с выбрасыванием прямых ног вперёд. Ходьба.</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с надувным мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с пластмассовым массажным мячиком. <u>ОВД</u> 1.Ведение мяча одной рукой на корточках. 2.Забрасывание мяча в баскетбольную корзину, стараясь увести мяч у соперников (элементы баскетбола). П/И «Волейбол с надувным мячом». П/И «Быстро отвечай». <u>Дых.упр-я</u> «Дуем друг на друга» «Полёт в космос». 3 Часть: Релаксация «Волшебный сон» (1) «Тайны космоса» (2).</p>	<p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Intro».</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с цветным клубком. <u>Упр-е для кистей рук</u> с мячиком для пинг-понга. <u>ОВД</u> 1.Прокатывание мяча правой и левой ногой между предметами. 2.Ведение мяча ногой, стараясь увести его у соперника. П/И «Элементарный футбол». П/И «Съедобное - несъедобное». <u>Дых.упр-я</u> «Ныряльщики» «Осы». 3 Часть: Релаксация «Путешествие на</p>

		облаке» (3) Просмотр мультфильма «Футбольные звёзды» (4).
--	--	--

МАЙ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<p>1. Совершенствовать навык ведения мяча.</p> <p>2. Развивать двигательную активность детей.</p> <p>3. Воспитывать положительные эмоции.</p> <p>4. Определить уровень владения мячом.</p>	<p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Чунга – чанга».</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с большим мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с попрыгунчиком. <u>ОВД</u> Самостоятельные игры с мячами. <u>Дых. упр-я</u> «Сирень» «Песенка».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Цветы распускаются» (1) «Загораем» (2).</p>	<p>Физкультурный досуг совместно с детьми старшей группы «Мы – спортсмены».</p> <p>МОНИТОРИНГ</p>

Календарно-тематический план для детей 6-7 лет

СЕНТЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<p>1. Учить детей метать мяч в горизонтальную цель; вдаль с нескольких шагов.</p> <p>2. Развивать глазомер, двигательную активность детей.</p> <p>3. Воспитывать желание заниматься спортом.</p>	<p>МОНИТОРИНГ</p> <p>1 Часть: Ходьба широким и мелким шагом. Бег с изменением темпа. Ходьба.</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с массажным мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с попрыгунчиком. <u>ОВД</u> 1. Катание мяча в заданном направлении. 2. Метание малого мяча в горизонт. цель правой левой рукой с R 4-5 м. П/И «Горизонтальная мишень». П/И «Точный удар». <u>Дых. упр-е</u> «Носик балуется»</p>	<p>1 Часть: Ходьба с высоким подниманием колен, с перекатом с пятки на носок. Бег мелким и широким шагом. Ходьба.</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с большим мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с мячиком для пинг-понга. <u>ОВД</u> 1. Метание вдаль малого мяча с нескольких шагов. 2. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.</p>

	3 Часть: Релаксация «Пляж».	П/И «Попади и поймай». П/И «Мяч навстречу мячу». <u>Дых.упр-я</u> «Смешинка» «Шарик лопнул». 3 Часть: Релаксация «Волшебный сон» (3) Презентация «Как стать спортсменом» (4).
--	--	--

ОКТАБРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
1. Учить детей метать мяч в цель из разных исходных положений. 2. Развивать физические качества (быстроту, ловкость, выносливость). 3. Воспитывать красоту, грациозность движений.	1 Часть: Ходьба приставным шагом вправо и влево. Боковой галоп. Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с малым резиновым мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с брусочком. <u>ОВД</u> 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». <u>Дых.упр-я</u> «Подуй на листик» «Летят мячи». 3 Часть: Релаксация «Змейки греются на солнышке» (1) «Опавшие листья» (2).	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Дождя не боимся». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с надувным мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с пластмассовым массажным мячиком. <u>ОВД</u> 1. Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой. 2. Прыжки с зажатым между коленями мячом. П/И «Закати мяч». П/И «Выстрели мячом». <u>Дых.упр-я</u> «Ветер и листья». 3 Часть: Релаксация «Ковёр – самолёт» (3) Просмотр мультфильма «Спортландия» (4).

НОЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<p>1. Учить метать мяч правой и левой рукой, отбивать мяч о пол, двигаясь «змейкой».</p> <p>2. Развивать глазомер, учить принимать правильную стойку при забрасывании мяча в корзину.</p> <p>3. Воспитывать стремление детей объединяться в команды для подвижных игр по собственному предпочтению.</p>	<p>1 Часть: Ходьба с высоким подниманием колен. Бег «змейкой» поперёк зала. Ходьба.</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с малым пластмассовым мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> со шнурком. <u>ОВД</u> 1. Метание вдаль мяча с R6-12 м. 2. Отбивание мяча о пол, двигаясь «змейкой» между предметами. П/И «Ловишки с мячом». П/И «Не задень мяч». <u>Дых. упр-я</u> «Каша кипит» «Ветер дует».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Аромапалочка» (1) «Каждый спит» (2).</p>	<p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Амана кукарела».</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с фитболом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с карандашом. <u>ОВД</u> 1. Бросание мяча от груди, через голову. 2. Забрасывание мяча в баскетбольную корзину. П/И «Стоп». П/И «Гонка мячей по кругу». <u>Дых. упр-я</u> «Лесной воздух» «Маятник».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Тёплая ванна» (3) Просмотр мультфильма «Тихая поляна» (4).</p>

ДЕКАБРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<p>1. Учить детей выполнять движения под ритмичную музыку.</p> <p>2. Продолжать учить подбрасывать мяч и ловить его с поворотом кругом.</p> <p>3. Развивать двигательную активность детей.</p> <p>4. Воспитывать чувство товарищества.</p>	<p>1 Часть: Ходьба спиной вперёд, с заданием для рук. Бег с захлёстыванием голени. Ходьба.</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> со средним мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с попрыгунчиком. <u>ОВД</u> 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</p>	<p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Звёзды Новый год развесил».</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с воздушным шариком. <u>Упр-е для кистей рук</u> с брусочком. <u>ОВД</u> 1. Бросание мяча друг другу с хлопком, с поворотом, с отскоком от пола. Спортивная игра «Пионербол».</p>

	теряй». <u>Дых.упр-я</u> «На турнике» «Подуй на снежинку». 3 Часть: Релаксация «Звери спят, птицы спят» (1) «Колыбельная» (2).	П/И «Проведи мяч». П/И «Поймай мяч». <u>Дых.упр-я</u> «Хлопушка» «Молодцы». 3 Часть: Релаксация «Фея сна» (3) Просмотр видеоролика с урока физкультуры учеников начальной школы (4).
--	---	---

ЯНВАРЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
1.Учить детей метать мяч в горизонт.цель; бросать и ловить мяч от стены разными способами. 2.Развивать двигательную активность детей и глазомер. 3.Учить метать мяч разного веса и размера. 4.Воспитывать волевые качества личности (целеустремлённость, выдержку).	1 Часть: Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег с преодолением препятствий. Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с малым резиновым мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с пластмассовым массажным мячиком. <u>ОВД</u> 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». <u>Дых.упр-я</u> «Дровосек» «Ах!». 3 Часть: Релаксация «Снежинки» (1) «У Снежной Королевы» (2).	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Позитив». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с цветным клубком. <u>Упр-е для кистей рук</u> с цилиндром. <u>ОВД</u> 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». <u>Дых.упр-я</u> «Вырасти большой» «Стёклышко». 3 Часть: Релаксация «Сказочный сон» (3) Просмотр мультфильма «Необыкновенный матч» (4).

ФЕВРАЛЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<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>1 Часть: Ходьба парами, с заданиями для рук. Бег «покажи пятки». Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с пластмассовым малым мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> со шнурком. <u>ОВД</u> 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 «Передал - садись». П/И «Выстрели мячом». <u>Дых.упр-я</u> «Мыльные пузыри» «Апчхи!». 3 Часть: Релаксация «Спящий котёнок» (1) «Звёздочки на небе» (2).</p>	<p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Наша армия самая сильная». 2 Часть: <u>ОРУ</u> со средним мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с карандашом. <u>ОВД</u> 1.Прокатывание мяча ногами «змейкой» между предметами. 2.Прокатывание мяча ногами с передачей друг другу. П/И «Кто быстрее». П/И «Попади в цель». <u>Дых.упр-я</u> «Гармошка» «Партизаны». 3 Часть: Релаксация «Сосульки тают» (3) Просмотр мультфильма «Болек и Лёлек. Зимняя Олимпиада» (4).</p>

МАРТ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<p>1.Продолжать учить детей бросать мяч через сетку. 2.Учить детей играм с элементами футбола и волейбола. 3.Развивать физические качества (быстроту, силу, ловкость). 4.Воспитывать чувство товарищества.</p>	<p>1 Часть: Ходьба гимнастическим шагом. Бег врассыпную с остановкой по сигналу. Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с воздушным шариком. <u>Упр-е для кистей рук</u> с брусочком. <u>ОВД</u> 1.Метание мяча в движущуюся цель правой и левой рукой.</p>	<p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Мы маленькие дети». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с фитболом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с цилиндром. <u>ОВД</u> 1.Удерживание мяча на голове как можно дольше.</p>

	<p>2.Бросание мяча друг другу через сетку. П/И «Волейбол с воздушными шарами». П/И «Не упусти шарик». <u>Дых упр-я</u> «Обед» «Насос». 3 Часть: Релаксация «Подводный мир океана»(1) «У лесного ручья» (2).</p>	<p>2.Отбивание мяча коленом. П/И «Мы – футболисты». <u>Дых.упр-я</u> «Художники» «Дятел». 3 Часть: Релаксация «Ароматпалочка» (3) Просмотр видеоролика с урока физкультуры учеников начальной школы (4).</p>
--	---	---

АПРЕЛЬ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
<p>1.Учить детей прокатывать мяч, попадая в ворота; забрасывать мяч в баскетбольную корзину. 2.Обучать детей спортивным играм с выполнением простейших правил. 3.Воспитывать интерес к спортивным играм.</p>	<p>1 Часть: Ходьба «змейкой» поперёк зала. Бег с выбрасыванием прямых ног вперёд. Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с надувным мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с пластмассовым массажным мячиком. <u>ОВД</u> 1.Ведение мяча одной рукой на корточках. 2.Забрасывание мяча в баскетбольную корзину, стараясь увести мяч у соперников (элементы баскетбола). П/И «Волейбол с надувным мячом». П/И «Быстро отвечай». <u>Дых.упр-я</u> «Дуем друг на друга» «Полёт в космос». 3 Часть: Релаксация «Волшебный сон» (1) «Тайны космоса» (2).</p>	<p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Intro». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с цветным клубком. <u>Упр-е для кистей рук</u> с мячиком для пинг-понга. <u>ОВД</u> 1.Прокатывание мяча правой и левой ногой между предметами. 2.Ведение мяча ногой, стараясь увести его у соперника. П/ И «Элементарный футбол». П/И «Съедобное - несъедобное». <u>Дых.упр-я</u> «Ныряльщики» «Осы». 3 Часть: Релаксация «Путешествие на облаке» (3)Просмотр мультфильма «Футбольные звёзды» (4).</p>

МАЙ

Задачи	Занятие 1-4	Занятие 5-8
1. Совершенствовать навык владения мяча. 2. Развивать двигательную активность детей. 3. Воспитывать положительные эмоции. 4. Определить уровень владения мячом.	<p>1 Часть: Ритмическая гимнастика «Чунга – чанга».</p> <p>2 Часть: <u>ОРУ</u> с большим мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с попрыгунчиком. <u>ОВД</u> Самостоятельные игры с мячами. <u>Дых. упр-я</u> «Сирень» «Песенка».</p> <p>3 Часть: Релаксация «Цветы распускаются» (1) «Загораем» (2).</p>	<p>Физкультурный совместно с детьми старшей группы «Мы – спортсмены».</p> <p>МОНИТОРИНГ</p>

2.5 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Основными условиями, необходимыми для реализации доверительного взаимодействия с семьей воспитанников в процессе организации кружка, являются следующие:

- изучение потребностей семей воспитанников;
- открытость руководителя кружка семье;
- ориентация педагога на работу с детьми и родителями.

Работу с родителями следует строить, придерживаясь следующих *этапов*.

1. Продумывание содержания и форм работы с родителями. Проведение экспресс-опроса с целью изучения их потребностей. Полученные данные следует использовать для дальнейшей работы.
2. Установление между воспитателями и родителями доброжелательных отношений с установкой на будущее деловое сотрудничество. Необходимо заинтересовать родителей той работой, которую предполагается с ними проводить, сформировать у них положительный образ ребенка.
3. Формирование у родителей более полного образа своего ребенка и правильного его восприятия посредством сообщения им знаний, информации, которые невозможно получить в семье и которые оказываются неожиданными и интересными для них. Это может быть информация о некоторых особенностях общения ребенка со сверстниками, его отношении к труду, достижениях в продуктивных видах деятельности.

4. Совместное с взрослыми исследование и формирование личности ребенка. На данном этапе планируется конкретное содержание работы, выбираются формы сотрудничества.

Формы сотрудничества с родителями

- Привлечение родителей к созданию условий в семье способствующих наиболее полному усвоению знаний, умений, навыков, полученных детьми на кружке.
- Просветительскую работу с родителями в форме семинаров – практикумов, консультаций, викторин, наглядной информации.
- Анкетирование.

Дать знания родителям о том, что должны уметь дети в работе с мячом по программе.

Совместная деятельность детей и родителей эмоции от игр с мячом.

Организация фотовыставки «Школа мяча»

Наглядная информация для родителей:

- Папка «Мой весёлый звонкий мяч...» (содержит историю мяча, данные о 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, улицы, 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.)
- Пополнение картотек « Игры на улице».

3. Организационный раздел

3.1 Условия, необходимые для реализации программы

Для полноценных занятий и проведения мероприятий необходимы:

-Спортивный зал с хорошим освещением, и необходимым для занятий инвентарём;

- На окнах - сетки, лампы защищены, просторный, хорошо проветриваемый, свободной серединой и спортивными пособиями и инвентарём, используемыми по прямому назначению;

-Помещение для хранения спортивного инвентаря и другого имущества необходимого для занятий, спортивных досугов: мячи разного веса и диаметра (детские резиновые, волейбольные, минибаскетбольные, футбольные); баскетбольные корзины; волейбольная сетка; футбольные ворота; набивные мячи; мячи-хоппы; конусы-ориентеры.

3.2 Этапы реализации программы

Образовательная деятельность в рамках рабочей программы «Школа мяча» рассчитана на два года: первый для детей 5-6 лет, второй – для детей 6-7 лет. 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.

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.

3.3 График организации занятий кружка

Возраст	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в год	День недели	Длительность условного часа	Время проведения
5-6 лет старшая группа	2	72	Среда Пятница	25 минут	15.30-15.55
6-7 лет подготовительная группа	2	72	Среда Пятница	30 минут	16.00-16.30

Формы подведения итогов реализации программы

- итоговые занятия
- игры, эстафеты
- оформление фото стенда
- физкультурные досуги

Список использованной литературы

1. **Н.И.Николаева** Школа мяча. - СПб.: Издательство «Детство-Пресс», 2012.
2. **Ю.Ф. Змановский** Здоровый ребенок. - М.: ЛИНКА - ПРЕСС, 2000.
3. **Картушина М.Ю.** Зеленый огонек здоровья: Программа оздоровления дошкольников - Издательство ТЦ Сфера, 2007.
4. **А.Е. Занозина, С.Э Гришанина** Перспективное планирование физкультурных занятий с детьми 6-7 лет. - М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2008.
5. **Адашкявичене Э.Й.** Спортивные игры и упражнения в детском саду: Кн. для воспитателя дет.сада. - М.: Просвещение, 1992.
6. **Железняк Н.Ч.** Занятия на тренажерах в детском саду. - М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009.
7. **Железняк Н.Ч., Желобкович Е.Ф.** 100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009.
8. **Желобкович Е.Ф.** Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. - М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010.
9. **Желобкович Е.Ф.** Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. - М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010.