

Управление образования администрации города Прокопьевска
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №111 «Серебряное копытце»

Принята на заседании
Педагогического Совета
от «30» мая 2022г.
Протокол № 6



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №111»
Н.В.Насырова

31.05.2022.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Физкультурно-спортивной направленности

«Спортивные игры с мячом»

Возраст воспитанников: 5-7 лет
Срок реализации: 2 месяца

Разработчик:

Боярова Елена Николаевна,
Инструктор по физической культуре

Прокопьевский ГО 2022

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы		
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи программы	6
1.3.	Содержание программы	7
1.4.	Планируемые результаты	9
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий		
2.1.	Календарный учебный график	10
2.2.	Условия реализации программы	12
2.3.	Формы контроля	13
2.4.	Оценочные материалы	14
2.5.	Методические материалы	14
	Список литературы	18
	Приложение	20

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивные игры с мячом» физкультурно-спортивной направленности.

Актуальность программы:

Двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка. 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. Дошкольный возраст – это возраст, в котором закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств, формирования основ здорового образа жизни.

В детском организме заложены большие возможности для тренировок, а это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания дошкольного учреждения. Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. 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. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. В играх и действиях с мячом дошкольники совершенствуют навыки большинства основных движений. Вместе с тем игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. В ходе игр дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, ударах по мячу ногой, ведении ногой, ударах по цели и на дальность с места и разбега, но и также в ходьбе, беге, прыжке. Все эти движения дети выполняют в постоянно изменяющейся обстановке. А это способствует формированию у детей старшего дошкольного возраста умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры.

Отличительные особенности программы

Упражнения с мячом при соответствующей организации их проведения и обучения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка. Создают условия для включения в работу основных физиологических систем организма, занятия по программе преимущественно проводятся на оборудованной спортивной площадке дошкольного учреждения, что особенно благоприятно в теплый период года и особенно актуально для повышения защитных

сил организма, профилактике вирусных заболеваний. После закрепления определенных навыков владения мячом, программой предусмотрены итоговые мероприятия в форме эстафет, праздников, досугов, спортивных развлечений с привлечением семей воспитанников.

Педагогическая целесообразность программы Применение спортивных игр с мячом в физическом воспитании дошкольника играет немаловажную роль в формировании фундамента двигательных навыков и технической подготовленности, так как этот возраст наиболее благоприятен для развития скоростных и координационных способностей. Поэтому организация физических упражнений с мячом, через игровые упражнения, спортивные игры очень интересны детям старшего дошкольного возраста и занимает ведущее место в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

Нормативно-правовая база дополнительной образовательной общеразвивающей программы «Спортивные игры с мячом»

- Федеральный закон «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ № 09-3242 от 18.11.2015г.);
- Приказ Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» № 196 от 9.11.2018г.;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование», протокол № 37 от 7.12.2018г.);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол № 16 от 24.12.2018г.);
- Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей» № 740 от 9.04.2019г.;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» № 28 от 28.09.2020г.

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030г. (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022г. № 678-р).

Адресат программы: Содержание программы ориентировано на воспитанников дошкольного учреждения 5 – 7 лет, с учётом рекомендаций медиков и желания родителей.

Срок освоения программы: 2 месяца

Объем программы: 18 часов

Режим занятий занятия по программе проводятся 2 раза в неделю, в первой половине дня. Общая продолжительность в соответствии с СанПин не более 30мин.

Срок обучения	Продолжительность занятия	Кол-во занятий в неделю	Кол-во часов неделю	Общее количество часов
2 месяца	30 мин	2 раза	2 часа	18 часов

Формы обучения и методы занятий

Для реализации программы используются следующие формы и методы проведения занятий: **Формы:**

- беседы

игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом, подвижные игры, эстафеты, спортивные досуги, развлечения, праздники.

Форма и тип занятия в основном соответствуют физкультурному занятию классического типа. Структура занятия делится на вводную, основную и заключительную. *В вводной* части дети упражняются в разных видах ходьбы и бега, упражнения на укрепление мышечного корсета для общего «разогревания» организма и подготовка его к предстоящей работе. *В основной части* проводится ОРУ на все группы мышц, в том числе с мячом и др. предметами, выполняются разнообразные основные виды движений, упражнения для профилактики

плоскостопия, подвижная игра. *Заключительная часть* направлена на постепенное понижение двигательной активности. В этой части занятия используются упражнения игрового стретчинга, пальчиковая и дыхательная гимнастика, релаксация. **Формы организации образовательной деятельности обучающихся:** Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, силовой гимнастике, в различных заданиях с мячом. Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала. Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения.

Методы:

При работе используются следующие методы обучения:

- Наглядные:
 - наглядно-зрительные (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);
 - тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора).
- Словесные:
 - объяснения, пояснения, указания;
 - подача команд, распоряжений, сигналов;
 - вопросы к детям и поиск ответов;
 - образный сюжетный рассказ, беседа;
 - словесная инструкция.
- Практические:
 - выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
 - выполнение упражнений в игровой форме (игровые и соревновательные задания, подвижные игры и эстафеты);
 - самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

Уровень сложности программы – стартовый

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: укрепление здоровья детей, развитие физических качеств и двигательной активности детей 5-7 лет через организацию спортивных игр с мячом.

Задачи

Образовательные:

- Формировать у детей представления о значении физических упражнений, гигиене, закаливании для укрепления здоровья;
- Формировать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину, ворота, умение применять их в игровой ситуации.
- Познакомить детей со спортивными играми с мячом;
- формировать устойчивый интерес к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям с мячом, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;

Развивающие:

- Развивать ловкость, быстроту реакции, глазомер, координацию движений, крупную и мелкую моторику (рук.);
- обогащать двигательный опыт дошкольников за счет овладения техникой подвижных игр с мячом.
- развивать навыки общения и коммуникации в детском коллективе.

Воспитательные:

- воспитывать положительные морально – волевые качества:
- умение играть коллективно,
- подчинять собственные желания интересам коллектива,

- оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

1.3. Содержание программы

Содержание учебного плана

Название разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
	Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. История мяча.	7			
1.1. История возникновения мяча «Мячик, мячик, ты откуда?»	2	1	1	
1.2. «Гимнастика и простуда»	1		1	Входной мониторинг
1.3. «Веселые эстафеты с мячом»	2	1	1	
1.4. «Путешествие в «Здоровейкино»	2	1	1	Спортивное развлечение «Мой веселый звонкий мяч!»
Раздел 2. «Веселые игры с мячом»	4			
2.1. «Массажные мячики»	2	1	1	
2.2. «Веселый фитбол»	2		2	
Раздел 3. «Спортивные игры с мячом»	7			
3.1. «Мини-баскетбол»	3	1	2	
3.2. «Мини-футбол»	3		3	Итоговый мониторинг
3.3. Спортивный праздник «Все на футбол!»	1		1	
Итого часов:	18	5	13	

Раздел 1. История мяча.

Тема № 1.1 «История возникновения мяча «Мячик, мячик, ты откуда?»

Теория: просмотр презентации ««Мячик, мячик, ты откуда?» инструктаж по технике безопасности при проведении подвижных игр с мячом.

Практика: Упражнения для кистей рук с мячиком для пинг-понга. Подвижные игры с мячом «Брось - догони», «Мяч водящему»

Тема № 1.2. «Гимнастика и простуда»

Практика 1. Комплекс дыхательной гимнастики. ОРУ с мячом. Подвижная игра «Подбрось – поймай - добеги».

Тема № 1.3. «Веселые эстафеты с мячом»

Теория: Беседа «Правила игры с мячом» Просмотр презентации «Разметка площадки для игры в футбол, баскетбол»

Практика: Спортивный досуг «Веселый мяч»: закрепить технику перебрасывания мяча в парах, тройках, технику отбивания мяча об пол. Игры- эстафеты: «Передай мяч», «Попади в корзину», Подвижная игра «Мяч среднему»

Тема № 1.4 «Путешествие в страну Здоровья»

Теория: Беседа «Мир движений и здоровье», изготовление стенгазеты «Секреты Здоровейки!»

Практика: «Квест – игра ««Где живет здоровье»»

Форма контроля: Выставка детских стенгазет. Фотовыставка «Движение и здоровье!»»

Раздел 2. «Веселые игры с мячом»

Тема № 2.1. «Массажные мячики»

1. Теория: Просмотр презентации «Массаж колючими мячиками» показ самоассажа кистей рук массажным мячиком. Отработка массажных движений мячом под музыку. Игровое задание «У кого меньше мячей»: между двумя шеренгами протягивается шнур, по сигналу педагога дети начинают перебрасывать мячи через шнур, как можно быстрее. По сигналу педагога «стоп игра» - подсчитываются мячи на каждой стороне, выигрывают дети, у которых меньше мячей на стороне.

Практика: ОРУ с массажными мячиками. Массаж мячиком в парах. Игровое упражнение метание мяча «Метко в цель» метание мяча из положения сидя двумя руками, из положения стоя одной рукой.

Тема 2.2. «Веселый фитбол»

Практика 1. Разучивание комплекса гимнастики с использованием средних фитболов.

Игра – эстафета «Мяч - скороход

Практика 2. Разучивание комплекса музыкально ритмических ОРУ с использованием средних фитболов.

Форма контроля: Наблюдение за детьми в играх – упражнениях .

Раздел 3. «Спортивные игры с мячом»

Тема № 3.1. «Мини-баскетбол»

Теория 1: Беседа «Знакомство с мячом для футбола, баскетбола» (с использованием наглядного материала). Игровое упражнение «Загони ногой мяч в «ворота» Викторина

«Правила игры в баскетбол!» «Правила игры в футбол» (с использованием наглядной демонстрации)

Практика №1. 1. Игровое задание «Прокати и попади» (прокатывание баскетбольного мяча между ориентирами «змейкой» правой (левой) рукой, бросок мяча в обруч). Игровое задание. «Отбивание мяча на месте», «Отбивание мяча с продвижением по траектории.»

2. Игровое задание «Кто выше?» (бросок баскетбольного мяча вверх двумя руками, ловить двумя руками после отскока от пола) Бросание мяча обеими руками из-за головы вдаль и ловля его. Повторить 3-4 раза. Игровое упражнение: Перебрасывание мяча в разных направлениях. Дети образуют несколько кругов. Они перебрасывают мяч друг другу разными способами, а водящий в кругу старается поймать мяч. От кого мяч попал к ведущему, становится в центр круга и игра повторяется.

Практика №2. Игровое задание «Внимание» (отбивать мяч одной рукой от пола, на сигнал «стоп» - мяч поднять вверх, положить на голову)

Подвижная игра (П/и) «Мяч по кругу» Под музыку дети передают мяч по кругу друг другу в руки. Музыка остановилась и ребёнок, у которого остался мяч в руках, выходит в центр круга и отбивает мяч одной рукой.

П/и «Мяч в корзину» Дети встают вокруг корзины (туннеля), на расстоянии 2-3 шагов.

После сигнала воспитателя бросают мячи, стараясь попасть в корзину). П/и «Баскетбол с облегченными правилами»

Тема № 3.2. «Мини-футбол»

Практика 1. Закрепление правил игры в мини-футбол. Практический разбор ситуаций, проигрывание ситуаций. Эстафеты: Прокатывание мяча правой и левой ногой между предметами. Техника ведения мяча. Закрепление техники подачи и ведения мяча.

П/И «Попади в ворота». П/И «Мяч по дорожке».

Практика 2. Прокатывание мяча правой и левой ногой между предметами. П/И

«Догони мяч» П/И «Ловкая пара».

Практика 3. ОРУ с большим мячом., ОВД. Спортивная игра в футбол по облегченным правилам, с заменой состава игроков.

Тема № 3.3. Физкультурный досуг (праздник) «Все на футбол!»

Форма контроля: Итоговый мониторинг.

1.4 Планируемые результаты освоения программы

Образовательные:

- у детей сформированы представления о значении физических упражнений, гигиены, закаливания для укрепления здоровья;
- дошкольники знают историю возникновения и развития спортивных игр с мячом;
- у детей достаточно сформированы навыки передачи, ловли мяча, ведения и бросков мяча в корзину, ворота, умение применять их в игровой ситуации;
- дети знают и соблюдают правила спортивных игр с мячом (футбол, баскетбол), используют их в самостоятельной двигательной деятельности

Развивающие

у детей хорошо развиты физические качества: быстрота реакции, глазомер, координация движений;

Воспитательные: у детей развиты положительные морально – волевые качества:

- умение играть коллективно,

- подчинять собственные желания интересам коллектива,
- оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарно-учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма конт-роля
1	Июль	01.-04.	30 мин	Рассказ, просмотр видеопрезентации, Инструктаж «Правила игры с мячом»	1	«История возникновения мяча»	Спортивный зал ДОУ	Дидактическая игра «Подбери мяч»
2	Июль	05.08	30 мин	Игра-занятие	1	«История возникновения мяча. игровые упражнения с разными мячами»	Спортивная площадка ДОУ	входной мониторинг
3	Июль	08.07	30 мин	Беседа, – просмотр видеофильма, игровые упражнения	1	«Гимнастика	Спортивный зал ДОУ	Наблюдение

4	Июль	12.07.	30 мин	Спортивное соревнование	1	«Веселые эстафеты	Спортивная площадка ДОУ	Наблюдени е
5	Июль	15.07	30 мин	Спортивное развлечение	1	Веселые эстафеты мячом»	Спортивная площадка ДОУ	
6	Июль	18.07.	30 мин	Спортивное развлечение	1	«Мир движений и здоровье»	Физкультур ный зал ДОУ	Выставка семейных стенгазет «Спортивн ые игры с мячом »
7	Июль	21.07	30 мин	Квест – игра	1	«Путешествие в страну Здоровья»	Спортивная площадка ДОУ	
8	Июль	26.07	30 мин	Занятие	1	«Мячи для массажа»	Спортивная площадка ДОУ	
10	июль	28.07.	30 мин	Занятие	1	Веселый фитбол	Физкультур ный зал ДОУ	
11	Август	01.08	30 мин	Спортивная Эстафета, флешмоб	1	Веселый фитбол	Спортивная площадка ДОУ	
12	Август	05.08	30 мин	Рассказ, педагога, просмотр видеоролика, игровые упражнения, соревнования с баскетбольны м мячом	1	«Спортивные игры.Мини- баскетбол»	Физкультурн ый зал	

13	Август	08.08..	30 мин	Спортивная игра	1	Спортивные игры.Мини-баскетбол»	Спортивная площадка ДОУ	
14	Август	11.08	30 мин	Спортивные игры	1	Спортивные игры.Мини-баскетбол	Спортивная площадка ДОУ	
15	Август	15.08.	30 мин	Спортивная игра	1	«Спортивные Игры Мини-футбол»	Спортивная площадка	Итогов ый монитор инг
16	Август	18.08	30 мин	Спортивная игра	1	«Спортивные Игры Мини-футбол»	Спортивная площадка	
17	Август	23.08. 26.08.	30 мин	Спортивная игра	2	«Спортивные Игры Мини-футбол»	Физкультурный зал	
18	Август	30.08.	30 мин	Спортивный досуг	1	«Все на футбол!»	Спортивная площадка	

2.2 Условия реализации программы

Для занятий по программе имеется спортивный зал, с необходимым спортивным оборудованием (мячи, обручи, мягкие модули и т.д.), спортивная площадка с разметкой на участке детского сада.

- При проведении занятий используются следующие средства обучения:
Мячи:
 - резиновые (малые, средние, большие) (по 20 шт.);
 - мяч коррекционный малый;(10 шт.)
 - малые пластмассовые (20 шт.);
 - надувные (5 шт.);
 - массажные резиновые (20 шт.);
- Мяч мини футбольный
- 15 шт
- Фитболы средние (15 шт.), большие (5 шт)
- Мелкие предметы для развития кисти руки:
 - -брусочки
 - -цилиндры
 - -мячики от пинг-понга
- Баскетбольные корзины (2 шт.)
- Напольные корзины (2 шт.)
- Шнур для натягивания (1шт.)
- Футбольные ворота (4 шт.)
- Обручи (20 шт.)
- Кубики (20 шт.)

- Кегли (20 шт.)
- Конусы – 10 шт
- Фишки – 10 шт.
- Гимнастические скамейки (4 шт.)
- Мишени (2 шт.)
- Свисток (1 шт.)

Технические средства обучения:

- Мультимедийное оборудование, интерактивная доска , музыкальный центр, -флеш - карта (музыка для ходьбы, бега, ритмической гимнастики, релаксации)
- флеш-карта (презентации, видеоролики, мультфильмы)

2.3 Формы контроля

- проведение спортивного праздника, как итога всей работы по программе,
- участие в соревнованиях;
- оформление фото стенда;
- составление и презентация проекта;
- отчет в свободной форме перед родителями и детьми сада;
- участие родителей в совместных занятиях и праздниках

2.4 Оценочные материалы

Проверка качества знаний умений и навыков осуществляются в виде: *входного и итогового контроля* в виде педагогического мониторинга детского развития, который предполагает отслеживание параметров деятельности, а также выявление уровня владения мячом. Периодичность проведения (2 раза): на первой неделе занятий по программе и в конце освоения всего объема программы.

Согласно ФГОС ДО результаты мониторинга используются для индивидуализации образования и оптимизации работы с группой детей.

№ п / п	Ф.И.	Отбивание мяча		Метание мяча		Броски					Су мм а бал лов	
		Стоя на месте	Отбивание об пол с продвижением шагом (бегом)	Вверх и ловля руками	В горизонтальную цель	двумя руками стоя на месте	одной рукой с продвижением вперед	В Горизонт. цель 5 м.	в напольную корзину	В баскетбольную корзину		
1												
2												
3												

Критерии оценки выполнения:

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

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

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

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

2.5 Методические материалы включают в себя

- ✓ Примерные комплексы упражнений с мячами и предметами;
- ✓ Комплексы специальных упражнений;
- ✓ Игровые самомассажи;
- ✓ Релаксационные комплексы;
- ✓ Примерные конспекты занятий;
- ✓ Примерные конспекты досугов, развлечений

Методика обучения игре в футбол

Для организации занятий по физическому воспитанию с детьми 5-7 лет 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 способностей 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 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 30 - 35 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 3-5 минут. Перед игрой детей знакомят с правилами игры в футбол.

Формирование двигательных действий с мячом должно осуществляться на основе повторения упражнений для детей 5-7 лет по 10-12 раз по 4-5 серий.

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.

Процесс обучения упражнениям с мячом можно условно разделить на следующие этапы:

- первоначальное обучение;
- углубленное разучивание;
- закрепление и совершенствование движений.

На каждом из них ставятся определенные задачи, которые осуществляются при помощи соответствующих средств и методов физического воспитания. Очень важно обеспечить постепенное усложнение условий выполнения действий в зависимости от имеющихся у детей навыков обращения с мячом. Четкая последовательность и взаимосвязь средств и методов обучения создает оптимальные условия для формирования двигательных действий.

При обучении детей упражнениям с мячом очень важно усвоить следующие *главные элементы двигательных действий:*

- при ловле мяча - овладение положением кистей рук, пальцев в момент соприкосновения с мячом;
- при передаче и бросках мяча - овладение движением рук;
- при ведении мяча - овладение положением кистей рук и пальцев в момент соприкосновения с мячом.

Иначе действия передачи, ловли и ведения мяча не могут быть выполнены или будут выполняться неверно. Следовательно, на начальном этапе формирования навыков владения мячом внимание ребенка должно быть направлено на качество выполнения каждого движения, а не на достижение при помощи этого движения определенного результата. Например, обучая ловле - передаче мяча, можно давать такое задание: чья пара (кружок) сделает больше передач, не роняя мяч на землю, не касаясь груди мячом. Такие задания вызывают у детей желание добиться хороших результатов, содействуют поддержанию интереса. Они отвечают целям и задачам обучения и воспитания, доступны и понятны, интересны и эмоциональны, приближают действия к игровой ситуации. Игровая обстановка усиливает заинтересованность, активность детей, благодаря многократной повторяемости повышается эффективность выполняемых движений.

После овладения основными элементами изучаемого действия осуществляется углубленное разучивание.

На данном этапе обучения, как подчеркивает М.Ю. Кистяковская, отрабатывается точность выполнения движений с мячом, исправляются имеющиеся ошибки, формируется правильное ощущение навыка в целом. Здесь можно применять упражнения с элементами соревнования, направленные на точность выполнения движения, некоторые подвижные игры.

Упражнения с элементами соревнования создают особый динамический и эмоциональный фон, стимулирующий максимальное проявление физических и волевых качеств ребенка, способствующий быстрому и правильному выполнению упражнений с мячом. Особенно важно, что они помогают избежать однообразной работы над техникой действий. Упражнения с элементами соревнования, подчеркивает Э.И. Адашквичене, необходимо проводить в строгой последовательности с целью обеспечения закрепления правильного навыка. Поэтому в начале обучения соревнование ведется на точность выполнения движений между отдельными детьми, а в дальнейшем между группами. После этого возможно проводить упражнения с элементами соревнования, которые требуют не только точности, но и быстроты выполнения движений. Ко времени проведения упражнений с элементами соревнований дети уже имеют определенные навыки обращения с

мячом. Поэтому возможно применение самых простых индивидуальных игр, в которых каждый ребенок действует с мячом независимо от других игроков, а также игр, в которых большинство детей действует с мячом (например, «Кто водящий»). Они способствуют формированию навыков владения мячом в большей мере, чем игры, в которых вся группа играет с одним мячом. Игры такого характера повышают двигательную активность детей, особенно увеличивают количество действий с мячом.

Основная задача этапа закрепления и совершенствования действий с мячом заключается в создании устойчивых достаточно автоматизированных и вместе с тем гибких навыков. Закрепление и совершенствование действий с мячом осуществляются в основном в подвижных играх, включающих эти действия. Соблюдая постепенное усложнение обучения, на данном его этапе проводят игры, в которых игровое действие разворачивается между несколькими группами (например, «Мяч водящему», «Займи свободный кружок»). В дальнейшем дети уже в состоянии играть в более сложные игры, в которых ведется счет между двумя командами («Мяч капитану», «Мяч ловцу»). Как отмечает Э.Я. Степаненкова, постепенное усложнение упражнений с мячом, создание новых, разнообразных условий действий с ним обеспечивают быстрое формирование широкого диапазона навыков владения мячом.

Правильный, четкий показ действий с мячом, сопровождаемый кратким, доступным ребенку пояснением, способствует созданию правильных и точных представлений о движениях, вызывает желание выполнять их.

На разных этапах обучения соотношение приемов показа и пояснения изменяется. Например, на начальном этапе формирования передачи мяча, когда складываются общие представления о действиях с мячом, ведущую роль играет показ, который обязательно должен быть подкреплен объяснениями. Поэтому в начале обучения передаче мяча целесообразно многократно демонстрировать ее на возможно более высоком уровне. Это создает у детей общее представление об изучаемом действии с мячом.

Таким образом, обучение дошкольников упражнениям и действиям с мячом включает этап первоначального обучения, углубленного разучивания и закрепления и совершенствования движений.

- Обучение следует начинать в специально созданных условиях, а закреплять в подвижных играх.
- При обучении очень важно, чтобы дети усвоили главные элементы двигательных действий.
- Если упражнения с мячом подбираются и проводятся с учетом возможностей каждого ребенка, они способствуют не только более быстрому формированию навыков владения мячом, но также и общему развитию всех детей, как менее подготовленных, так и более сильных.

Методические рекомендации по структуре занятий:

Вводная часть: (5-7 мин.) Увлекательная разминка.

Различные виды ходьбы и бега, подскоков, прыжков, корригирующие упражнения, упражнения – отгадки на загадки.

Основная часть (16-18 мин.) включает:

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

Заключительная часть (2-5 мин.) включает: малоподвижные игры, ходьба, релаксация, офтальмологические паузы,

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

Увлекательная разминка

В увлекательной разминке детям предлагается: разновидности ходьбы и бега, ходьба на четвереньках, прыжки. Выполнение увлекательной разминки под

музыкальное сопровождение, загадки, где отгадками служат забавные подражательные упражнения, оригинальные игровые приемы способствуют повышению интереса детей к занятиям, помогает лучше усвоить упражнения.

Общеразвивающие упражнения

На занятиях используются общеразвивающие упражнения, которые развивают двигательные, психофизические качества ребенка, подготавливают его к овладению сложными действиями, развивают силу мышц, быстроту мышечных сокращений, подвижность суставов, формируют правильную осанку.

Общеразвивающие упражнения в предлагаемой системе выполняются с предметами и без предметов, в парах. Каждый комплекс общеразвивающих упражнений проводится в течение двух недель. Комплексы с мячом проводятся каждый месяц. Это способствует лучшему усвоению навыков владения мячом.

Релаксации и малоподвижные игры

Релаксация и малоподвижные игры проводятся под тихую спокойную музыку.

Список литературы

1. Адашквичене, Э.Й. Баскетбол для дошкольников: Из опыта работы. - Москва.: Просвещение, 2008.-79 с.
2. Аксенова И.А. Методика обучения и овладения элементом игры в футбол с детьми дошкольного возраста. / И.А. Аксенова. – Москва: Сфера, 2009. – 173с.
3. Алямовская, В.Г. Как воспитать здорового ребенка. –Москва, 2007г – 178с.
4. Вареник, Е.Н., Кудрявцева, С.Г., Сергиенко, Н.Н. Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет. / Е.Н. Вареник, С.Г. Кудрявцева, Н.Н. Сергиенко.– Москва: ТЦ «Сфера», 2017. – 124с.
5. Волошина, Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического развития детей 5-7 лет. /Л.Н. Волошина– Москва: АРКТИ, 2008. – 144 с.
6. Гаврючина, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ методическое пособие./Л.В. Гаврючина. – Москва: Сфера, 2008. – 160с.
7. Глазырина, Л. Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л. Д. Глазырина, В. А. Овсянкин. - Москва.: Гуманит. изд. центр Владос, 2000.г – 275с.
8. Змановский, Ю.Ф.Социально-оздоровительная технология «Здоровый дошкольник»/ Под ред. Ю.Е. Антонова. — Москва: «АРКТИ», 2012. – 175с.
9. Змановский, Ю.Ф. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология 21 века. 3-е изд-е / Под ред. Ю.Е.Антонова, М.Н.Кузнецовой, Т.Ф.Саулиной. — М., АРКТИ, 2003. – 198с.
10. Кузнецова, М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. Пособие для медработников и воспитателей./М.Н. Кузнецова. – Москва: «Аркти», 2017. – 217с.
11. Маханева, М.Д. Здоровый ребенок: Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе / М.Д. Маханева. - Москва: АРКТИ, 2014. – 263 с.
12. Николаева Н.И. Школа мяча. Методическое пособие, - СП «Детство- Пресс», 2012-. 95с.
13. Пензулаева, Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста / Л.И. Пензулаева. - Москва: ВЛАДОС, 2014. – 128 с.
14. Степаненкова, Э.Я. Подвижные игры как следствие гармоничного развития дошкольников / Э.Я. Степаненкова // Дошкольное воспитание. – 2015.– № 12. – С.23–25.
15. Чеботаренко, С. В. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ / С. В. Чеботаренко, Л. М. Квашенко. — // Инновационные

педагогические

педагогические технологии: материалы II Междунар. науч. конф. (г. Казань, май 2015 г.). — Казань: Бук, 2015. — С. 81-83. — URL:

<https://moluch.ru/conf/ped/archive/150/8058/> (дата обращения: 20.04.2022).

Беседа. Знакомство с историей возникновения мяча.

Мяч — одна из самых древних и любимых игрушек всех стран и народов. В Древней Греции, Риме и Египте мяч не только любили, но и уважали. Например, в Древней

Греции он считался самым совершенным предметом, так как был похож на солнце, а значит (по мнению греков) обладал его волшебной силой. Греки шили мячи из кожи и набивали каким-нибудь упругим материалом, например, мхом или перьями птиц. А позже догадались надувать кожаный мяч воздухом. Такой мяч назывался «фоллис». Небольшие фоллисы использовали для ручных игр, а мячами больших размеров играли в игры типа футбола.

Античные забавы с мячом были не просто играми, они часто связывались с религиозными обрядами. В египетском «футболе» каждая из двух команд играла на стороне своих богов. И победы одерживали не ради собственной славы, а во имя богов. Мяч у них был из дерева, а загоняли его в ворота изогнутыми палками. Были в Египте также мячи из кожи и коры деревьев. А мяч из хрупкого песчаника можно было только осторожно перебрасывать друг другу - от удара о землю он мог разбиться.

Римляне наполняли кожаные мячи зернами плодов инжира. Были у них и стеклянные мячи для одиночных игр.

У североамериканских индейцев мяч был не игрушкой, а священным предметом, олицетворяющим Солнце, Луну и Землю.

У эскимосов игра в мяч тоже была обрядовым действием, которое совершалось во время праздника, знаменующего победу над зловредным мифическим существом по имени Седна.

В разных странах для изготовления мячей использовали различные материалы: мячи шили из шкур животных, плели из тростника, скручивали из тряпок, вырезали из дерева. Мяч из резины «прискакал» в Европу из Центральной Америки. Местные индейцы делали его из смолы, которую добывали из разрезов коры деревьев и называли «каучу» (от слов «каа» — дерево и «о-чу» — «плакать»). Нам эта смола известна под названием «каучук». Каучуковый мяч попался на глаза путешественнику Христофору Колумбу. Знаменитый мореплаватель удивился, увидев, что большой и тяжелый мяч так высоко подскакивает при ударе о землю. Матросы Колумба привезли мяч в Испанию, и упругий колобок быстро раскатился по всему цивилизованному миру.

Между прочим, игра американских индейцев с каучуковым мячом была на самом деле ритуальным действием. Причем далеко не безобидным. Игра заканчивалась жертвоприношением, а в жертву приносили капитана проигравшей команды.

До сегодняшнего дня в некоторых странах, наряду с современными резиновыми, кожаными, надувными мячами, сохранились мячи, изготовленные «по старинному рецепту». В Японии, например, есть: любимая игрушка - маленький пестрый мячик «тэмари». Дети играют ими с наступлением весны, приветствуя первые солнечные деньки - память о том, что когда-то мяч был символом солнца. Мячик «тэмари» выточен из дерева и оплетен разноцветными шелковыми нитями, образующими красивые узоры.

В России мячи были разные. В раскопках под Новгородом нашли мячи разных размеров, сшитые из кожи. Ими играли дети в XIII веке. Крестьянские дети прошлого века играли легкими мячиками из бересты или тяжелыми мячами, туго свернутыми из тряпок. Сохранились даже сведения об одной из игр: ставили в ряд куриные яйца и выбивали их мячом. В подмосковном Хотьковском девичьем монастыре шили мячики из мягких подушечек, а внутрь вкладывали камушки, завернутые в бересту, — получался одновременно мячик и погремушка. Кстати, происхождение слова «мяч» связано со словами «мягкий, мякоть, мякиш». То есть мяч — это мягкий шар.

Современные мячи различаются по размерам и назначению. Разные мячи применяются для игры в волейбол, баскетбол, футбол, теннис, водное поло, регби и другие игры. У каждой из них — своя история.

Беседа. Какие бывают мячи?

- Ребята, послушайте, пожалуйста, названия игр: *футбол, волейбол, гандбол, баскетбол, мотобол*. Что общего в этих названиях? (Ответы детей.) - А вы знаете, что обозначает слово «бол»? Правильно, мяч. Мяч тоже имеет свою историю.

Древние греки в разных играх использовали мячи из кусочков кожи, набитые пухом и шерстью. Другие народы Европы и Азии играли мячами, сделанными из дерева. Свыше 2500 лет назад американские индейцы играли с мячами из «слез плачущего дерева» - каучуковой смолы. Эти каучуковые мячи считаются «предками» наших резиновых мячей. В баскетболе долгое время использовали мячи из кожи, пока мячи из резины и синтетического материала окончательно не завоевали мир.

Сколько радости принесёт вам мяч! Если вы хотите, чтобы он вас слушался, играйте ним чаще, бросайте, ведите, передавайте его.

Можно играть разными мячами: и маленькими резиновыми, и мини - баскетбольными. Они такие же, как у настоящих баскетболистов, только чуть- чуть поменьше и полегче.

Давайте, выполним упражнение и посмотрим, умеем ли мы дружить с мячами. (Отбивание мяча, стоя на месте, от стены; броски мяча друг другу с отскоком от пола и т.д.)

Подвижные игры с мячом

Для развития организма ребенка-дошкольника и его разнообразной двигательной деятельности большую важность представляют основные движения. Особое место среди них занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами разного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кисти, увеличивают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Игры с мячом пользуются у детей неизменной популярностью, и это не удивительно. Мяч (большой или маленький) требует проворных рук и повышенного внимания. Для детей мяч, этот круглый, легкий, упругий и привлекательный снаряд, нередко символизирует приобщение к спортивным играм - волейболу, баскетболу, футболу.

«Поймай мяч»

Взрослый, стоя напротив ребёнка (1,5 - 2 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.

Горелки с мячом.

Играющие размещаются так же, как и при игре в обыкновенные горелки, т.е. парами. В пяти шагах впереди от «горельщика» кладут на землю мяч. Как только последняя пара пробежит по сторонам колонны, составленной из пар, «горельщик» сейчас же хватается мяч и «салит» им одного из бегущих. «Осаленный» делается «горельщиком». Мяч снова кладут на место.

Ловишки с мячом.

Дети стоят по кругу, передают мяч из рук в руки, произнося: «Раз, два, три – мяч скорей бери! Четыре, пять, шесть – вот он, вот он здесь! Семь, восемь, девять – бросай, кто умеет». Последний, к кому попал мяч, говорит: «Я!», выходит в середину и бросает мяч, стараясь осалить разбегающихся детей. Тот, кого запямят мяч, пропускает игру. Целиться нужно в ноги.

Зайчики.

Водящий с мячом располагается в центре круга. Пока водящий ударяет мячом об пол, зайчата прыгают, резвятся, имитируя бодрое и веселое настроение. Как только водящий поднимает мяч над головой, играющие быстро приседают и

принимают позу спящих. Водящий внимательно следит за спящими. Тот, кто не сохранил позы спящего, выходит в центр круга и становится водящим.

Наоборот.

Дети встают в круг. В центре - ведущий с мячом в руках, Показывая движения или действия с мячом, он бросает его одному из игроков со словами: «Сделай наоборот!». Игрок, получивший мяч, должен выполнить противоположное движение и вернуть мяч ведущему (например, при подбросе ведущим мяча вверх - ударить об пол, при переброске из руки в руку - покатить по полу, при приседании с мячом - подпрыгнуть). В конце игры отмечают дети, правильно выполнившие противоположные действия.

«Охотники и куропатки»

Играющие делятся на две команды охотников и куропаток. Утки становятся в середину круга, а охотники располагаются снаружи круга. Охотники перебрасывают мяч и стараются осалить им куропаток. Когда треть куропаток поймана, игра останавливается и дети меняются ролями.

Поймай мяч

В игре трое играющих. Двое становятся на расстоянии не менее 3м друг от друга и перебрасывают мяч. Третий находится между ними и старается поймать мяч, пролетающий начинается передача мяча назад двумя руками над головой (за головой) стоящим сзади. Как только игрок, стоящий последним в колонне, получит мяч, он быстро бежит, становится впереди колонны и снова передаёт мяч. Побеждает та команда, дети которой быстро выполнили упражнения и ни разу не уронили мяч

Ловишка с мячом

На земле чертят круг (диаметр 2м). Ловишка - в центре круга с мячом. После слов: «Раз, два, три - лови!» - дети бегут, а ловишка «осаливает» мячом убегающих детей.

Меткий стрелок.

Выбранный по считалке водящий встает в центр круга с мячом в руках. Он бросает мяч игроку, стоящему в круге, называя его имя. Тот, кого назвали, ловит мяч и перебрасывает его обратно.

Неожиданно водящий подбрасывает мяч вверх. Подброшенный мяч - сигнал к тому, что дети должны разбежаться в заранее обозначенные кружки-домики, расположенные в 2-3 м от основного круга. Водящий, не выходя из круга, должен попасть в одного из игроков, находящегося в таком кружке-домике.

Игроки, стоящие в кружках, подпрыгивают, увертываются от мяча.

Игрок, стоящий в кружке и поймавший мяч, становится водящим.

Разноцветный мячик.

Дети хором читают стихи

В.Суловой:

Разноцветный мячик

По дорожке скачет

По дорожке, по тропинке,
От березки до осинки,
От осинки -
поворот,
Прямо к (Ване) в огород.

Играющие, стоя по кругу, передают или перебрасывают друг другу мяч. Получивший мяч на слово «поворот» ударяет мячом об пол в ритм текступоследней строки, в которую вставляется имя держащего мяч, после чего всеразбегаются, а игрок с мячом старается осалить, как можно больше ребят. Осаленные выбывают из игры. Через 1-2 минуты по сигналу взрослого игра прекращается. В конце игры подводятся итоги: кто из водящих осалил больше играющих

Мячик кверху.

(русская народная игра)

Участники игры встают в круг, водящий идет в середину круга и бросает мяч со словами: «Мячик кверху!» Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стой!» Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Запятнанный становится водящим. Если же он промахнулся, то остается вновь водящим: идет в центр круга, бросает мяч кверху - игра продолжается. Правила игры. Водящий бросает мяч как можно выше. Разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли. Если кто-то из играющих, после слова «Стой!» - продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего. Играющие, убегая от водящего, не должны прятаться за встречающиеся на пути предметы.

Блуждающий мяч.

Все играющие, кроме водящего, встают в круг на расстоянии вытянутой руки. Они передают друг другу большой мяч. Водящий бегаёт вне круга, старается дотронуться до мяча рукой. Если это ему удалось, то он идет на место того игрока, в руках которого находится мяч, а играющий выходит за круг. Игра повторяется.

Правила игры. Передавая мяч, играющие не должны сходить с места. Нельзя мяч передавать через одного, можно только рядом стоящему игроку. Водящему запрещается заходить в круг. Мяч можно передавать в любую сторону. Передача мяча начинается с того игрока, за которым стоит водящий перед началом игры. Играющий, уронивший мяч, становится водящим.

Играй, играй мяч не теряй.

Дети произвольно располагаются на площадке. Каждый играет с мячом, выполняя действия по своему выбору. После сигнал все быстро поднимают мячи вверх. Опоздавшие получают штрафное очко: Игра повторяется несколько раз. Выигрывает тот, кто не имеет штрафных очков.

Перед началом игры напомнить детям движения с мячом, которые они могут выполнять. Например, бросать мяч вверх, вниз, в корзину, перебрасывать мяч друг другу, отбивать мяч на месте правой (левой) рукой и т.д.

Мяч по кругу.

Дети делятся на несколько групп, расстояние между которыми 1,5 - 2 м. Каждая группа становится в круг: Дети бросают мяч друг другу, никого не пропуская. Выигрывает группа, в которой мяч меньше падал на пол.

Будь внимателен.

Дети становятся в круг, водящий (взрослый) - в центре. Водящий бросает мяч игрокам (выборочно). Тот, кто не смог поймать мяч, получает штрафное очко. Перед началом игры детям напоминают, как надо принимать мяч,

Брось дальше.

Дети (3-4) становятся у линии, начерченной на земле, и бросают мяч вперед. Воспитатель отметит, кто бросил дальше всех. Большой мяч дети бросают двумя руками из-за головы, маленький - сначала правой, а затем левой рукой.

Десять передач.

Дети становятся парами, расстояние между игроками 1,5-2 м. У каждой пары — по мячу. По сигналу дети передают мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить на землю. Побеждает пара, быстрее всех сделавшая десять передач (без падения мяча), или та, которая дольше удержит мяч.

Ловишка в кругу.

Дети становятся в круг, водящий - в центре. Дети перебрасывают мяч друг другу (через круг), водящий старается его поймать. Если водящий поймет мяч, он меняется местами с ребенком, который бросал мяч.

Мяч - водящему.

Дети делятся на 4-5 групп, каждая образует свой круг. В центре круг - водящий мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч игрокам и получают его обратно.

Когда мяч обойдет всех игроков группы (1-3 раз), водящий поднимет его вверх. Побеждает команда, которая меньше раз уронит мяч или быстрее закончит игру.

Стой!

Дети становятся в круг, водящий с мячом - в центре. Он подбрасывает мяч вверх и называет имя одного из игроков. Ребенок, чье имя прозвучало, бежит за мячом (остальные игроки разбегаются в разные стороны) и как только берет его в руки, дает команду: «Стой!» все играющие останавливаются и замирают. Игрок старается попасть мячом в кого-нибудь из них. Тот, в кого попали, становится водящим, игра продолжается.

Гонка мячей по кругу.

Дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друг. У игроков, оказавшихся на расстоянии вытянутой руки друг от друг. У игроков, оказавшихся в круге напротив друг друга, мячи разного цвета или размера. После сигнала воспитателя все начинают передавать мячи друг другу (в одном направлении), стараясь догнать другой мяч.

За мячом.

Дети образуют несколько команд. Каждая команда делится на две команды, между которыми расстояние 2-3 м. Игрок, стоящий первым в одной из колонн - водящий. После сигнала он передает мяч первому игроку из второй колонны, а сам бежит в конец этой колонны. Ребенок, получивший мяч, также передает его игроку противоположной колонны и занимает место в конце этого ряда. Игра продолжается, пока все игроки вернуться на свои места, а мяч окажется у водящего.

(Чтобы дети правильно поняли, куда они должны встать после передачи мяча,

педагог объясняет, что передвигаться нужно за мячом, по тому же направлению).

Охотники и куропатки

У двоих детей (охотники) в руках мячи. Все остальные игроки - куропатки. Одна половина площадки - лес, другая - поле. Охотники стоят в центре. Куропатки свободно бродят в лесу. По сигналу воспитателя «Охотники!» все бегут из лес в поле. Охотники стараются поймать куропаток - попасть мячом. Тот, кого коснулся мяча, должен лечь на том месте, где его «осалили».

Мяч - противнику.

Две группы детей располагаются в противоположных концах площадки. Между ними отмечается зона шириной 5-10 шагов, в центре которой - мяч. У каждого ребенка - по небольшому мячу. По сигналу воспитателя игроки обеих групп поочередно гонят мяч из зоны в сторону противник своими мячами. Выигрывает группа, которая быстрее справилась с заданием.

Успей поймать мяч.

Играющие становятся в 3-4 колонны у черты. Перед каждой колонной на расстоянии 2-2,5 м с мячом в руках встает водящий. По сигналу он бросает мяч игроку, стоящему первым, который, поймав мяч, возвращает его водящему и бежит в конец своей колонны. Второй игрок подходит к черте и тоже ловит мяч и т.д. игра продолжается до тех пор, пока первый игрок не займет свое место во главе колонны. Побеждает команда, быстрее закончившая игру. (Если ребенок не поймал мяч, водящий подбирает его и бросает еще раз.)

Ловишка с мячом.

Дети с мячами свободно передвигаются по площадке, один из них - водящий. Его задача, ведя мяч правой рукой, левой коснуться кого-то из игроков. Если ему это удастся, «осаленный» становится водящим. Вначале роль водящего выполняет воспитатель, в дальнейшем - ребенок, хорошо владеющий мячом.

Ведение мяча парами.

Дети делятся по двое, у каждого игрока - мяч. Один ребенок свободно передвигается по площадке, другой - водящий. Его цель - не роняя мяч, коснуться рукой товарища по игре. Когда ему это удастся, игроки меняются местами.

После того как водящий коснулся своего товарища, он должен продвинуться на 5-6 шагов вперед, и только тогда другой игрок может начать его ловить.

Мяч капитану.

Площадка разделена на две части. В игре участвуют две команды. В каждой команде выбирается капитан, который становится в кружок (или обруч), нарисованный у дальнего края чужой площадки. Дети бросают мяч своему капитану, противники стараются перехватить мяч и передать его своему капитану.

Мяч можно вести одной рукой, передавать друг другу, но нельзя бежать с ним в руках.

**Спортивное развлечение с участием родителей «Веселые эстафеты»
(старший дошкольный возраст).**

Задачи: - укрепление здоровья детей;

- совершенствование двигательных умений и навыков;

- предоставить детям и родителям возможность ощутить радость от совместного участия в соревнованиях;

- воспитывать интерес к занятиям физической культурой. Оборудование: - мяч коррекционный малый - 2 шт.;

- мячи большого диаметра — 20 шт.;

- мяч набивной-2 шт.; корзина - 4 шт.;

- обруч большой - 2 шт.;

- конус - ориентир - 2 шт.

Под звуки марша и аплодисменты болельщиков команды проходят по площадке и выстраиваются в две шеренги.

Ведущая: добрый вечер дорогие ребята и уважаемые взрослые! Сегодня мы собрались в этом зале на необычные соревнования, так как вместе с детьми будут соревноваться мамы и папы.

Реб.: Товарищи, точно известно.

Хотите, верьте, хотите, нет,

Что спорт до сих пор

повсеместно

Приносит пользу - не вред!

Реб.: Родители - такой народ,

На занятость спешат

сослаться! Всем надо

спортом заниматься! А вот

чтоб ставить всем рекорды,И

о болезнях забывать,

Над взрослыми в вопросах

спорта

Решили дети шефство взять.

Ведущая приглашает из зала родителей, участвующих соревнованиях представляя их.

Реб.: Празднику спортивному рада вся семья.

Нашим физкультурникам —Ура! Ура! Ура!

Реб.: Спортсмены всегда

впередиБлестят у

них медали

И звезды на груди.

Реб.: Те звезды и медали

Они завоевали

Но все спортсмены наши

Вот так же начинали?

Ведущий представляет жюри.

Председатель жюри: Стать чемпионом, все мы знаем,
Задача сложная для
всех! Соревнованье
начинаем
И твердо верим в ваш успех!

Приветствие команд.

Эстафета «Прокатись на мяче». Участвуют по три человека (2 взрослых, 1 ребенок). По сигналу ребенок встает на коррекционный (малый) мяч, его поддерживают под локти взрослые. Ребенок, перебирая ногами (переступая) катит его. Таким образом тройка добирается до ориентира, ребенок берет мяч в руки. Обратное возвращаются бегом. Передают мяч следующей тройке. Побеждает команда первой выполнившая задание.

Эстафета «Гонка мячей». Дети и взрослые строятся в колонну по росту (впереди стоит самый низкий участник, сзади - самый высокий) — на расстоянии одного шага друг от друга. Перед командой стоит корзина с мячами. В конце колонны пустая корзина. По сигналу, первый игрок начинает передавать мячи назад (над головой) следующим за ним игрокам. Последний игрок складывает их в пустую корзину. Когда все мячи будут переданы назад, последний игрок берет корзину с мячами и несет ее к началу колонны. Побеждает команда первой выполнившая задание.

Музыкально-ритмическая композиция с мячами.

Эстафета «Стрекоза и муравей».

Участники соревнований строятся парами (взрослый, ребенок). Первая пара надевает на себя обруч и бежит до ориентира, около которого лежат набивной мяч. Снимают обруч и себя и прокатывают мяч обручем обратно (спиной вперед). Передают обруч следующей паре. Следующая пара прокатывают мяч до ориентира, оставляет там мяч, надевают на себя обруч и бежит обратно. Выигрывает команда первой выполнившая задание.

Эстафета «Попади в цель».

Участники стоят друг за другом в колонне. У каждого в руках по 2 мяча. Напротив колонны на возвышении стоит взрослый с корзиной в руках. Участники по очереди стараются забросить свои мячи в корзину, следя за траекторией полета мяча, направляет корзину в ту сторону, чтобы мяч попал в нее. Но сходить с возвышения нельзя. Выигрывает команда, забросившая больше мячей в свою корзину.

Игра для болельщиков «Летучий мяч».

Играющие встают в круг (если участников игры много в 2 - 3 круга), водящий находится в середине круга. По сигналу дети начинают перебрасывать мяч друг другу через центр круга. Водящий старается задержать мяч, поймать его или коснуться рукой. Если ему это удалось, то он встает в круг, а тот, кем был брошен мяч, становится водящим. Водящий не может коснуться мяча, когда мяч находится в руках игрока.

Эстафета «Кенгуру»

Участники становятся парами (взрослый, ребенок), кладут мячи между коленями, крепко зажимают и прыгают до ориентира, держась за руки. Берут мячи в руки, возвращаются к команде, передают мячи следующей паре. Выигрывает команда первой выполнившая задание.

Подведение итогов. Награждение участников соревнований.

Сценарий спортивного праздника для детей старшего дошкольного возраста

«Все на футбол!»

(В рамках летней спортивно-оздоровительной деятельности детей по формированию основ здорового образа жизни)

Цель: содействие улучшению здоровья детей, формирование основ здорового образа жизни посредством спортивной игры футбол.

Задачи.

1. Закреплять у детей технику выполнения элементов спортивной игры - футбол.
2. Формировать волевые качества: целеустремленность, выдержку, воспитывать желание побеждать и соперничать.
3. Воспитывать дружеские взаимоотношения, сплоченность.
4. Развивать быстроту, ловкость, координацию движений, глазомер
5. Формирование устойчивого интереса дошкольников к спортивной игре – футбол.

Оборудование: Мячи футбольные (7 штук), конусы, флажки, султанчики, ворота (2 шт.), волейбольная сетка.

Ход праздника.

Дети под спортивный марш выходят на спортивную площадку и выстраиваются напротив друг друга

Ведущий. Добрый день, ребята! Сегодня наша спортивная площадка превратилась в футбольный стадион, сюда прибыли юные футболисты из детского сада «Веточка». Мы рады приветствовать вас! В этом году впервые чемпионат мира по футболу проходил у нас в России. Наш спортивный праздник мы проводим в честь 21 чемпионата мира по футболу.

1 ребенок: Я люблю играть в футбол.

Тут нужна сноровка.

Не забьешь с налета гол

Ты без тренировки.

2ребенок: Я мячом легко владею:

Пяткой бью и головой.

А еще, ногой умею

Пасануть разок-другой.

3 ребенок: Я сегодня встал пораньше.

Мячик взял, во двор пошел.

Разбежался я подальше-

И попал в ворота! Гол!

А сейчас мы познакомимся с нашими футбольными командами.

Представление команд.

Команда «Пчелки»:

Если вам нужна победа,
То ее не отдадим!
А на поле на футбольном
Мы сегодня победим!

Команда «Здоровячки»:

Крепкое здоровье —
Крепкая страна.
Сегодня нам в футболе
Победа лишь нужна!

Ведущий. Все торжественные мероприятия открываются гимном России, и наши соревнования также будут открываться главной песней нашей страны. Внимание, звучит гимн Российской Федерации.

Гимн России.

Ведущий. Соревнования считаются открытыми.

Все дети дружно произносят кричалку:

Футбол – моя стихия,
И нашим пусть везет.
Оле-оле, Россия!
Вперед! Вперед! Вперед!

Ведущий. Но перед футбольным матчем нам надо сделать разминку. Команды, подготовьтесь к разминке!

*Обе команды выходят в центр площадки и
выполняют разминку под музыку.*

Флеш-моб «Гол, гол, гол! Все на футбол!».

(Группа «Волшебники двора».)

Ведущий. Внимание! Внимание! Сообщаю последние новости! К нам на матч приехал талисман соревнований Чемпионата мира по футболу – волчонок Забивака! Встречайте!

Выбегает Волк-Забивака

Забивака: Здравствуйте, мои друзья!

Очень рад вас видеть я!

Я – спортивный забияка!

Мое имя – Забивака!

Я волчонок хоть куда,

Не страшны мен холода!

Утром бодро просыпаюсь,

Водой холодной обливаюсь,

На зарядку выхожу

И со спортом я дружу.

А вы ребята дружите со спортом?

Дети. Да!

Забивака: Вижу, вижу – все здоровы.

А к футбольному матчу вы готовы?

Ведущий. Конечно, готовы, уважаемый Забивака. А тебе предлагаем быть судьей наших соревнований.

Забивака. С удовольствием! Я смотрю у вас тут как на настоящих соревнованиях и болельщики есть. Давайте поддержим команды футболистов и повторим кричалки:

- Мяч в ворота поскорей!

Мы болеем за друзей!

- Надо гол, надо два, надо 32 гола,

А потом еще один и тогда мы победим!

- Ребята – вперед! Ребята – давайте!

Ребята на поле не засыпайте!

Ведущий. Прошу командам приготовиться к соревнованиям первого тайма.

Построение в две команды

Эстафеты:

1. «Ведение мяча ногой». (Дети по очереди ведут мяч ногой в прямом направлении до колпачка, обводят его и также ведут обратно.)

2. «Пингвины».

(Мяч зажат между коленями, дети прыгают до ориентира и с мячом в руках бегут назад.)

3. «Забей гол».

(Дети по очереди добегают до мяча, который находится на расстоянии 1,5 м от ворот и забивают гол в ворота.)

Жюри подводит итоги первого тайма. На табло (судейская книжка) после каждой эстафеты отмечается счет матча.

Перерыв

Игра с флажками «Гол!»

Желтый флажок – дети кричат «Мимо!», зеленый – «Штанга!», оба флажка – «Гол!»

Игра-аттракцион «Попади по мячу»

Ребенок (по 1 из каждой команды) встает спиной к мячу, взрослый завязывает ему глаза, делает 5 шагов от мяча, поворачивается на 360°. Участник должен подойти к мячу и ударить по нему ногой.

Игра «Вдох-выдох»

Забивака поднимает по очереди флажки, дети выполняют на синий флажок – вдох, на красный – выдох.

Выступление команды болельщиц (девочки с султанчиками).

Музыка «Футбол! Футбол!» О.Газманова

Девочки хором:

Мы первыми будем везде и всегда!

Мы – группа поддержки, без нас никуда!

Ведущий. А мы начинаем второй тайм футбольного матча.

4. «Футбольный слалом»

(Дети ведут мяч между предметами «змейкой», обратно бегом по прямой и передают мяч следующему участнику.)

5. «Футбольный коридор»

(Команды выстраиваются в 2 колонны передают мяч друг другу над головой, последний игрок должен прокатить мяч между ног всей команды вперед капитану, выигрывает команда, у которой мяч окажется у капитана быстрее.)

6. «Пенальти»

(Проводится в том случае, если счет равный. Участники каждой из команд поочерёдно бьют по воротам с вратарём соперника с шестиметровой отметки. Побеждает команда, забившая наибольшее количество мячей.)

Подвижная игра «У какой команды меньше мячей»

(Игра проводится три раза, дети каждый раз меняются площадками.)

Команды располагаются на своей половине площадки, разделенной сеткой, подвешенной на уровне 40-50 см от земли. На каждой стороне площадки 3-4 мяча. По сигналу педагога дети стараются ударом ноги направить мяч так, чтобы он прокатился под сеткой на сторону соперников. Выигрывает та команда, у которой после второго сигнала находится меньше мячей.

Жюри подводит итоги второго тайма. Слово жюри.

Забивака. Вы все ребята молодцы! Как много умеете. Поэтому вы все достойны называться юными футболистами и получить медаль юного футболиста.

Награждение команд медалями и кубками.

Дети под марш проходят круг почета,жимают друг другу руки.

Забивака.

Я хочу вам пожелать

Здоровья крепкого,

Почаще улыбаться,

И физкультурой заниматься.

И очень скоро вся страна

Узнает ваши имена

Праздник наш заканчивать пора

Дружно крикнем все –

Физкульт – Ура!!!

Фото на память.