

Отдел образования администрации города Кирсанова
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад «Аленка»

Рекомендовано к утверждению
Педагогическим советом МБДОУ «Детский
сад «Алёнка»
Протокол от 30.08.2020 г. № 1



Утверждаю
Заведующий «Детский сад
«Алёнка» _____ Т.В. Дякина
Приказ от 02.09.2020г. №

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
спортивной направленности
«Весёлый мяч»**

(ознакомительный уровень)

Возраст обучающихся 4-5 лет
Срок реализации 1 год

Автор составитель:
Маргарита Александровна Казакова
воспитатель I квалификационной категории

Кирсанов
2020

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

1. Учреждение	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Алёнка» (ул. Спортивная, д. 32)
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа спортивной направленности «Весёлый мяч»
3. Ф.И.О., должность составителя	Казакова Маргарита Александровна, воспитатель, (1 квалификационная категория), педагог дополнительного образования
4. Сведения о программе	
Нормативная база:	<ul style="list-style-type: none"> - Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»; - Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р); - Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих (письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09 -32-42). - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648–20 - "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573) - Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» - Устав МБДОУ «Детский сад «Алёнка»
Область применения	дополнительное образование
Направленность	физкультурно-спортивная
Тип программы	модифицированная
Вид программы	общеразвивающая
Способ освоения содержания образования	практический
Уровень освоения содержания программы	ознакомительный
Уровень реализации программы	дошкольное образование
Форма реализации программы	групповая
Возраст обучающихся по программе	4 – 5 лет
Продолжительность обучения	1 год

Блок № 1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность

Важное место в системе физического воспитания детей занимают упражнения с мячом. Мяч - это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания. Упражнения в бросании, катании, ведении мяча способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствует пространственную ориентировку, формируют умения действовать с мячом, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилие с расстоянием, развивают выразительность движений. Занимаясь с мячами различного веса и объёма, развиваются не только крупные мышцы, но и мелкие. Увеличивается подвижность в суставах пальцев и кистей, голени и стопы, усиливается кровообращение. При систематическом обучении дети без проблем совершают сложные координированные движения, начинают логически осмысливать свои действия, значительно улучшаются навыки владения мячом: свободно держать, передавать, бросать, вести мяч, следить за ним. Кроме того, правильно подобранные упражнения с мячом могут способствовать развитию зрительно-моторной координации и выработке таких психологических качеств, как внимательность, инициативность, целеустремленность.

Новизна

Новизна программы заключается в том, что предлагается сделать следующие изменения — на начальном этапе физического воспитания школьника в занятия ввести раздел подвижных игр с элементами спортивных игр с мячом, а так же привить у ребенка интерес к развитию своего организма: к здоровью и физическому совершенствованию. С этой целью была разработана программа дополнительного образования «Веселый мяч». Программа предусмотрена для детей от 4 до 5 лет.

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

Отличительными особенностями

Особенности данной программы является расширение возможностей физического воспитания на основе планирования и организации процесса развития двигательных способностей в процессе игры с мячом и максимального приближения занятий к игровой деятельности, соответствие их содержания возможностям и подготовленности детей; социально-личностная направленность программных задач. Исходя из поставленных задач занятия, можно изменить большинство известных подвижных игр так, что это «мощное» средство будет безотказно работать, развивая учащихся, занимающихся тем или иным видом спорта. Известно, что чем больше эмоциональное воздействие на ребёнка оказывают занятия, тем быстрее и прочнее идёт освоение материала. Связь программы с уже существующими программами:

Программа «Веселый мяч» составлена отталкиваясь от авторской программы Кондратенко Е.В «Подвижные игры с мячом», с учетом авторских программ Семикина В. А. «Веселый мяч», Абсолямовой «Здоровье», ориентирована на использование комплексной программы физического воспитания. Программа составлена с учетом межпредметных связей по областям: «Физическая культура», «Здоровье», «Спорт».

Адресат программы

Программа рассчитана на детей от 4 до 5 лет.

Особенности возрастной группы

В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми.

Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.

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

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

Срок освоения программы – 1 год (дети 4-5 лет) - 32 часа.

Формы и режим занятий:

- форма занятий – очная;
- состав группы – постоянный;
- периодичность проведения занятий - 1 раз в неделю;
- продолжительность занятия – 20 минут

1.2 Цель программы: Формирование у младших школьников мотивации сохранения и приумножения здоровья средством игры с мячом.

Дополнительная образовательная программа обучения предполагает решение трех групп взаимосвязанных задач:

- образовательные;
- развивающие;
- воспитательные.

Задачи:

Образовательные задачи:

- Знакомление детей с баскетбольной, волейбольной техникой игры
- Формирование основных жизненно важных двигательных умений и навыков
- Формирование устойчивого интереса к занятиям по кружку
- Формирование простейших технико-тактических действий с мячом: передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование, разучивание индивидуальной тактики, искусство ведения мяча и забрасывания в кольцо. Умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.
- Расширение кругозора, уточнение представлений о видах спортивных игр, уважительное отношение к физической культуре, создание положительной основы для формирования привычки к здоровому образу жизни

Развивающие задачи:

- Развитие координации движений, выносливости, быстроты, ловкости, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.

Воспитательные задачи:

- Воспитание морально-волевых качеств (честности, решительности, смелости, настойчивости и т.д.)
- Воспитание потребности в здоровом образе жизни.

1.3. Содержание программы.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела программы	Общее количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теоретических	Практических	
1.	«Подготовка к обучению проведения основных видов деятельности» (Введение в образовательную программу)	2	1,5	0,5	Начальная диагностика
2.	«Углубленное разучивание упражнений с мячом»	24	2,4	21,6	
3.	«Закрепление и совершенствование упражнений с мячом».	6	0,6	5,4	
	ИТОГО:	32	4,5	27,5	

1.4. Предполагаемые результаты

К концу дети должны знать:	К концу дети должны уметь:	Обладать навыками:
<ul style="list-style-type: none"> - иметь представления о форме мяча; - иметь представление о физических свойствах мяча; - простейшие движения с мячом; - правила работы с мячами; - названия подвижных игр, инвентарь, оборудование; - правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми. 	<ul style="list-style-type: none"> - действовать по сигналу воспитателя, быстро реагировать на сигнал; - играть с мячом, не мешая другим; - согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных играх (эстафета или поточный метод) - бросать и ловить мяч: двумя руками снизу- вверх; двумя руками снизу- вверх с хлопком впереди, за спиной - передача в парах двумя руками снизу; - передача в парах двумя руками из-за головы; - передача друг другу в разных направлениях стоя, сидя; - передача в парах двумя руками от груди; - передача мяча через сетку; - отбивать мяч: на месте правой, левой рукой; на месте правой с передачей из правой руки в левую; - вести мяч; с продвижением вперёд, змейкой, по кругу; - приставным шагом; с поворотом, бегом; 	<ul style="list-style-type: none"> -делать основные упражнения с мячом; -расслабляться. -выполнять упражнения из разных исходных положений и в паре со сверстниками; -проверять результаты собственных действий; -управлять своей деятельностью. -удерживать равновесие, развивать мелкую моторику; -поддерживать интерес к упражнениям и играм с мячами.

	<ul style="list-style-type: none"> - правой и левой рукой, свободно продвигаясь по площадке; - с изменением направления движения, с остановкой на сигнал; - с передачей напарнику с дополнительными заданиями; - бросать мяч в кольцо: двумя руками из-за головы; двумя руками от груди. 	
--	--	--

Блок № 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1 Календарный учебный график:

Продолжительность занятий обучающихся с 21 сентября по 31 мая.

Кол-во учебных недель – 34

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	24.09	15.50-16.10	групповая	1	История возникновения мяча.	группа	Рассказ, слайды, мультимедиа и т.д. Беседа «Спортивные игры с мячами».
2.	октябрь	01.10	15.50-16.10	групповая	2	Прокатывание мяча	группа	Игровое упражнение «Прокати не задень». Подвижная игра «Салют».
3.	октябрь	08.10	15.50-16.10	групповая	1	Ловля мяча	группа	Игровое упражнение «Успей поймать». Подвижная игра «Веселые мячи».
4.	октябрь	15.10. 29.10.	15.50-16.10	групповая	2	Бросание мяча	группа	Игровое упражнение «Перебрось через шнур». Подвижная игра «Передай мяч».
5.	октябрь	22.10.	15.50-16.10	групповая	1	Метание мяча	группа	Игровое упражнение «Чей мяч дальше». Подвижная игра «Прокати и догони».
6.	ноябрь	05.11.	15.50-16.10	групповая	1	Прокатывание мяча	группа	Игровое упражнение «Закати мяч в ворота». Подвижная игра «Конкурс с яблоками».
7.	ноябрь	12.11. 19.11	15.50-16.10	групповая	2	Метание мяча	группа	Игровое упражнение «Попади в круг». Подвижная игра «Шмель».
8.	ноябрь	26.11	15.50-16.10	групповая	1	Ведение мяча	группа	Игровое упражнение «Догони». Подвижная игра «Ловишки с мячом»
9.	декабрь	03.12	15.50-16.10	групповая	1	Ведение мяча	группа	Игровое упражнение «Догони». Подвижная игра «Сбей булаву».
10.	декабрь	10.12.	15.50-16.10	групповая	1	Прокатывание мяча	группа	Игровое упражнение «Прокати по мостику». Подвижная игра «Кого назвали тот и ловит».

11.	декабрь	17.12. 24.12.	15.50-16.10	групповая	2	Бросание мяча	группа	Игровое упражнение «Веселый мяч». Подвижная игра «Найди себе пару».
12.	январь	14.01. 21.01.	15.50-16.10	групповая	2	Метание мяча	группа	Игровое упражнение «Попади в мишень». Подвижная игра «Прокати и догони».
13.	январь	28.01.	15.50-16.10	групповая	1	Ведение мяча	группа	Игровое упражнение «Мячи шалунишки». Подвижная игра «Салют».
14.	февраль	04.02	15.50-16.10	групповая	1	Прокатывание мяча	группа	Игровое упражнение «Мяч с горки». Подвижная игра «Найди себе пару».
15.	мфевраль	11.02. 18.02.	15.50-16.10	групповая	2	Бросание мяча	группа	Игровое упражнение «Поиграй со мною мяч». Подвижная игра «Передай мяч».
16.	февраль	25.02.	15.50-16.10	групповая	1	Ведение мяча	группа	Игровое упражнение «Попади в ворота». Подвижная игра «Шмель».
17.	март	11.03. 18.03.	15.50-16.10	групповая	2	Бросание мяча	группа	Игровое упражнение «Мяч высоко». Подвижная игра «Конкурс с яблоком».
18.	март	25.03.	15.50-16.10	групповая	1	Отбивание мяча	группа	Игровое упражнение «Отбей мяч». Подвижная игра «Стрелок».
19.	апрель	01.04. 08.04.	15.50-16.10	групповая	2	Отбивание мяча	группа	Игровое упражнение «Отбей мяч». Подвижная игра «Мяч в круг».
20.	апрель	15.04. 22.04. 29.04.	15.50-16.10	групповая	3	Ведение мяча	группа	Игровое упражнение «Гонка мячей». Подвижная игра «Игра в мяч».
21.	май	06.05. 13.05. 20.05. 27.05.	15.50-16.10	групповая	4	Отбивание мяча	группа	Игровое упражнение «Играй, играй мяч не теряй». Подвижная игра «Лови, не лови»
22.	май		15.50-16.10	групповая	1	Итоговое	группа	Развлечение «Мой веселый звонкий мяч»

Содержание блока «Подготовка к обучению проведения основных видов деятельности» (1ч.).

Введение в образовательную программу.

Теория. Дать представление о форме и физических свойствах мяча. Ознакомить с правилами техники безопасности выполнения упражнений с мячом. Беседы «Мой веселый, звонкий мяч». «Требования к проведению занятий с мячами и профилактика травматизма».

Практика. Знакомство детей с мячом (ознакомляющие упражнения):

- различные прокатывания мяча по полу, по скамейке, между ориентирами «змейкой», вокруг ориентиров;
- отбивание мяча двумя руками на месте, в сочетании с различными видами ходьбы;
- передача мяча друг другу, броски мяча;

- игры с мячом: «Догони мяч», «Попади мячом в цель», «Вышибалы», «Докати мяч» (варианты: толкай ладонями; толкай развернутой ступней).

Ожидаемый результат: техника владения мячом, правильное выполнение упражнений с мячом.

Формы контроля: специально организованные занятия, игровые упражнения.

Содержание блока «Углубленное разучивание упражнений с мячами» (27ч.)

1. Тема: Прокатывание мяча (4 часа)

Теория. Учить детей прокатывать мяч между предметами «змейкой». Развивать ловкость, координацию движений.

Практика. Игровое упражнение «Прокати не задень». Подвижная игра «Салют».

Ожидаемый результат: улучшение показателей координации движений, выносливости, быстроты, ловкости, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.

Формы контроля: специально организованные занятия, игровые упражнения.

2. Тема: Ловля мяча (1 час)

Теория. Учить детей ловить мяч двумя руками. Развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, координацию движений.

Практика. Игровое упражнение «Успей поймать». Подвижная игра «Веселые мячи».

Ожидаемый результат: овладение технико-тактическими действиями с мячом: передача мяча, подача мяча, блокирование, забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.

Формы контроля: специально организованные занятия, игровые упражнения.

3. Тема: Бросание мяча вверх, через шнур (3 часа)

Теория. Продолжать учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками.

Учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут произнесены последние слова.

Практика. Игровое упражнение «Подбрось, поймай, упасть не давай».

Подвижная игра «Мой веселый, звонкий мяч».

Ожидаемый результат: умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом. Научаться понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила.

Формы контроля: специально организованные занятия, игровые упражнения.

4. Тема: Метание мяча (6 часов)

Теория. Совершенствовать метание мяча вдаль. Учить катать мяч в прямом направлении, отталкивать его энергично, развивать умение ориентироваться в пространстве.

Практика. Игровое упражнение «Чей мяч дальше». Подвижная игра «Прокати и догони».

Ожидаемый результат: выполнять физические упражнения для развития физических навыков.

Формы контроля: специально организованные занятия, игровые упражнения.

5. Тема: Отбивание мяча (4 часа)

Теория. Учить отбивать мяч правой и левой рукой поочередно.

Развивается бег, увертливость, ловкость

Практика. Игровое упражнение «Отбей мяч». Подвижная игра «Стрелок».

Ожидаемый результат: применять коммуникативные навыки, отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

Формы контроля: специально организованные занятия, игровые упражнения.

6. Тема: Бросание мяча через шнур (1 час)

Теория. Упражнять в бросании мяча через шнур двумя руками. Развивать ловкость быстроту движений.

Практика. Игровое упражнение «Перебрось через шнур». Подвижная игра «Передай мяч».

Ожидаемый результат: играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения.

Формы контроля: специально организованные занятия, игровые упражнения.

7. Тема: Ведение мяча, удар по неподвижному мячу (5 часов)

Теория. Формировать элементарные для футбола действия с мячом. Развивать внимание, ловкость, быстроту реакции на сигнал.

Практика. Игровое упражнение «Попади в ворота». Подвижная игра «Шмель».

Ожидаемый результат: организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры.

Формы контроля: специально организованные занятия, игровые упражнения.

Содержание блока «Закрепление и совершенствование упражнений с мячом»(6ч.).

Теория. Здесь применяются все предыдущие методы, однако ведущую роль приобретают методы повторного и вариативного выполнения упражнений, а также соревновательный и игровой. Совершенствуется качество, техника выполнения упражнений из различных исходных положений.

Этап совершенствования упражнения или композиции можно считать завершённым лишь тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение или композицию, можно применить в сочетании с другими, разученными ранее.

Практика. Рекомендуемые упражнения:

- Из разных положений (сидя, стоя) катать мяч друг другу разными способами (двумя руками, поочерёдно правой и левой рукой)
- Из положения стоя или сидя спиной друг к другу передавать мяч из рук в руки.
- Подбрасывание мяча вверх из положения стоя и ловля его двумя руками. Учиться ловить мяч мягко, стараясь не прижимать к груди.
- Участники встают лицом друг к другу, мяч бросают двумя руками от груди, стараясь не уронить его.
- Прыжки с мячом. Мяч зажат между коленями, руки на поясе.
- Передача мяча над головой от первого до последнего, то же между ног (*не катить а передавать*).
- Лечь на спину, руки вдоль туловища, мяч зажать между ступнями. Поднять прямые ноги с мячом до вертикального положения, затем медленно опустить их в исходное положение.
- Зажать мяч между коленями и проделать с ним прыжки вверх на месте, затем прыжки с продвижением вперед, влево, вправо и назад.
- Сесть на пол, вытянуть ноги и положить мяч на голеностопные суставы. Опереться руками о пол сзади и поднять прямые ноги так, чтобы мяч прокатился по ним до живота.

Ожидаемый результат: выполнять упражнения (с предметами и без). Для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости)

Формы контроля: специально организованные занятия, игровые упражнения.

2.2 Условия реализации программы:

Для реализации Программы занятия проводятся в музыкально- физкультурном зале, где создана развивающая предметно-пространственная среда в соответствии требованиями СанПиН и ФГОС ДО:

- мячи большие;
- форма;
- чешки;
- ноутбук;
- гимнастические палки;
- маленькие мячи;
- обручи.

Дополнительное оборудование:

- подборка музыкальных произведений;
- фотографии;
- флеш-накопитель;
- разработки игр, бесед, дидактический материал, сценарии, конспекты занятий;
- интерактивная доска;
- проектор с экраном;
- ноутбук

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства, материалов, оборудования развития детей

старшего дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков развития.

2.3. Методическое обеспечение блоков «Подготовка к обучению проведения основных видов деятельности», «Углубленное разучивание упражнений с мячом», «Закрепление и совершенствование упражнений с мячом».

Раздел	Формы и методы занятий.	Дидактическое оснащение. Техническое оснащение	Подведение итогов
«Подготовка к обучению проведения основных видов деятельности»	Объяснения; пояснения; указания; подача команд, распоряжений, сигналов; вопросы и просьбы к детям, беседы и т.д.	Ноутбук, мультимедийный проектор, экран на штативе, презентации по темам программы, видео-отрывки, мячи.	Начальная диагностика
«Углубленное разучивание упражнений с мячом»	Наглядно-зрительные приёмы: показ физических упражнений и использование наглядных пособий (в данном возрасте применяются, когда детей знакомят с новым упражнением); имитация; зрительные ориентиры. Наглядно-слуховые приёмы: музыка, песни. Тактильно-мышечные приёмы: непосредственная помощь инструктора по физической	Ноутбук, презентации по темам программы, видео-отрывки, фотоальбомы. Малые и большие мячи, гимнастические палки, обручи, кубики.	Фронтальный контроль

	культуре.		
«Закрепление и совершенствование упражнений с мячом».	Повторение упражнений без изменения и с изменениями; проведение упражнений в игровой и в соревновательной форме.	Ноутбук, мультимедийный проектор, экран на штативе, видео-отрывки, мячи	Итоговая аттестация. Индивидуальный контроль.

2.4. Формы подведения итогов реализации программы.

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

- педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;

Непосредственное наблюдение строится в основном на анализе реального поведения детей. Результаты наблюдения педагог получает в естественной среде: на занятиях.

Уровень оценки качества реализации Программы:

- диагностика развития ребенка, используемая как профессиональный инструмент педагога с целью получения обратной связи от собственных педагогических действий и планирования дальнейшей работы с детьми по Программе.

Уровни освоения Программы «Веселый мяч»

№	Ф.И. ребенка	Уровни					
		Высокий		Средний		Низкий	
		- Уверенно самостоятельно выполняет упражнения с мячом. Выполняет указания педагога. - Легко реагирует на сигналы. - Стремится к ведущей роли в подвижных играх. - Проявляет интерес к новым упражнениям. - Может контролировать действия других. - Сохраняет длительное устойчивое равновесие. - Может осуществлять страховку, вырабатывать навыки самостраховки.		- Самостоятельно правильно выполняет упражнения с мячом по предварительному показу педагога. - Активно осваивает новые упражнения. - Соблюдает правила игры. Замечает ошибки выполнения упражнений. - Равновесие при выполнении упражнений сохраняет.		- Упражнения с мячом выполняет с напряжением. - Координация движений низкая. - Равновесие при выполнении упражнений не сохраняет или сохраняет плохо. - Медленный темп выполнения. - Нарушает правила в подвижных играх с мячом. - Нуждается в дополнительной индивидуальной работе.	
		октябрь	май	октябрь	май	октябрь	май

2.5. Кадровое обеспечение: данная программа рекомендована педагогам дополнительного образования, работающими с детьми дошкольного возраста; воспитателям дошкольных учреждений.

2.6. Санитарно-гигиенические требования: программа разработана с учетом возрастных особенностей детей, между занятиями предусмотрен перерыв; в течение занятий обязательны физминутки; большое внимание уделяется правильной осанке обучающихся. Занятия проходят в проветриваемом помещении, после влажной уборки.

3.1 Материально-техническое оснащение, оборудование

Технические средства	Учебно-наглядные пособия	Оборудование
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Музыкальный центр. ➤ Ноутбук. ➤ Мультимедиа. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Дидактические картинки «Спорт» с изображением вида спорта и подробным описанием возникновения спортивных игр. ✓ Карточки с изображением исходных положений. ✓ Карточки - схемы построений (в круг, в два круга, в колонну и в рассыпную). 	<ul style="list-style-type: none"> • Мячи резиновые разного диаметра – 25 шт. • Гимнастическая скамейка – 2 шт. • Гимнастическая доска – 2 шт. • Веревки – 4 шт. • Конусы – 10 шт. • Дуги- 4 шт. • Стойки – 2 шт. • Обручи – 5 шт. • Ворота – 2 шт. • Кегли – 10 шт. • Флажки – 3 шт. (разных цветов).

IV. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет. Программа «Играйте на здоровье» и технологии ее применения в ДОУ. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004. – 112 с.
2. Журнал «Инструктор по физкультуре» 2012 №4 «Совершенствование двигательных навыков в подвижных играх с мячом». – М.: ТЦ Сфера, 2012 г.
3. Литвинова М.Ф. подвижные игры и игровые упражнения для детей третьего года жизни: Методическое руководство для работников дошкольных образовательных учреждений – М.: ЛИНКА_ПРЕСС, 2005. – 92 с.
4. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. – М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2010. – 128с.
5. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. Конспекты занятий. – М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2009. – 80с.
6. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Конспекты занятий. – М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2009. – 112с.
7. Подвижные игры для дошкольников / Авт.-сост. И.А. Агапов, М.А. Давыдова. М.: АРКТИ, 2008. – 152 с.
8. Рунова М.А. Движение день за днем. Двигательная активность – источник здоровья детей. - М., ЛИНКА-ПРЕСС, 2007. – 96 с.
9. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет /Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2014. – 144с.
10. Спортивные праздники в детском саду / авт.-сост. С.Н. Сапего – М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2007. – 94 с.
11. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика - Синтез, 2006. – 96 с.

12. Шишкина В.А. Движение + движения: Кн. Для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1992. – 92 с.

Используемые информационные ресурсы

<https://vospitatelru.ru>

<https://infourok.ru>

<https://slovopedagoga.ru>

<https://urok.1sept.ru>

V. ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение №1

Примерный перечень подвижных игр и игровых упражнений с мячом

Подвижная игра «Мяч в кругу»

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

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

Колобок, Колобок,
У тебя румяный бок.

Ты по полу покатись

И Катюше (ребятам) улыбнись!

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

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

Подвижная игра «Прокати и догони»

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

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

Наш веселый, звонкий мячик (толкает мяч двумя руками)

Мы прокатим далеко (смотрит, куда он покатился),

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

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

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

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

Подвижная игра «Сбей кеглю»

Цель. Развивать элементарные навыки попадания мячом в цель умение энергично отталкивать мяч в заданном направлении, развивать фиксацию взора.

Ход. Педагог (взрослый) ставит две-три кегли на расстоянии 1-1,5 м от ребенка, дает ему большой мяч.

Ребенок приседает на корточки, наклоняется, ставит ноги чуть шире плеч в обозначенном взрослым месте (цветной кружок или шнур), прокатывает мяч двумя руками вперед, стараясь сбить кегли. Затем идет за ним, поднимает и возвращается.

Педагог (взрослый) сопровождает свой показ такими словами:

Посмотри, какие кегли. (педагог указывает на кегли)

Ровно-ровно в ряд стоят!

К ним направим мяч умело (толкает мяч двумя руками)

И они уже лежат! (обращает внимание на сбитые кегли)

Правила: энергично отталкивать мяч двумя руками, смотреть вперед -на кегли.

Подвижная игра «Салют»

Цель. Развивать ловкость, зрительно – двигательную координацию.

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

Это не хлопушки:

Выстрелили пушки.

Люди пляшут и поют.

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

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

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

Подвижная игра «Весёлые мячи»

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

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

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

Наши яркие мячи, разноцветные мячи.

В уголок бегут мячи, убегают.

Дети бегут на исходную линию.

Там попрятались мячи, отдыхают.

Присаживаются на корточки.

Правила: действовать согласно тексту стихотворения.

Игра малой подвижности «Найди и промолчи»

Цель. Развивать ориентировку в пространстве, расширять зрительное поле.

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

Затем педагог предлагает всем повернуться лицом к стене и закрыть глаза, а сам в это время прячет мячик. По сигналу «Готово!» дети открывают глаза и расходятся по комнате в поисках

мячика. В конце игры отмечается тот, кто первый увидел мячик, а также те дети, которые проявили наибольшую выдержку, наблюдательность, сообразительность.

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

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

Подвижная игра «Игра в мяч»

Цель. Развивать ловкость, зрительно – моторную координацию.

Ход. Взрослый произносит слова:

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

Поиграть хотим мы в мяч

Из корзины, где игрушки,

Поскорей его достань

И играть со всеми встань

Кач, кач, кач.

Дети бросают мяч двумя руками

Высоко подбросим мяч! вверх и ловят его.

А потом его поймаем

И подбросим снова ввысь.

Только мячик наш держись.

Кач, кач, кач.

Бросают мяч двумя руками о пол

Мы о пол ударим мяч! и ловят его.

А потом его поймаем

И ударим снова в низ.

Только мячик наш держись.

Кач, кач, кач.

Утомился бедный мяч.

Дети кладут мячи в корзину.

Закатился в уголок.

И тихонечко умолк.

Правила: выполнять движения согласно тексту.

Подвижная игра «Лови – бросай»

Цель. Развивать координацию движений, ловкость, фиксацию зра.

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

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

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

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

Подвижная игра «Конкурс с яблоком»

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

Пособия: небольшой резиновый мяч.

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

Подвижная игра «Шмель»

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

Пособия: мяч.

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

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

Правила игры: ловить мяч и отбивать его ногами нельзя.

Подвижная игра «Стой!»

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

Пособия: малый мяч.

Описание игры: игроки выбирают водящего. Играющие, кроме водящего, становятся в круг и рассчитываются по порядку номеров. Водящий с малым мячом находится в центре. По сигналу руководителя водящий ударяет мячом о пол и вызывает один из номеров. Играющий номер, который назвал водящий, бежит в середину круга и старается поймать мяч. Остальные игроки разбегаются по площадке. Как только новый водящий поймает мяч, он говорит: «Стой!». Играющие должны остановиться и стоять неподвижно на месте, а водящий старается попасть мячом в любого игрока. Игроки могут увертываться от мяча, не сходя со своего места. Если водящий не попадает в игрока, он должен бежать за мячом; игроки опять разбегаются по площадке. Поймав мяч, водящий говорит «Стой!». Если водящий попадает в кого-либо из играющих, они меняются местами, и игра начинается сначала.

Правила игры:

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

Подвижная игра «Стрелок»

Цель: Развивать бег, увертливость, ловкость.

Пособия: мяч.

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

Подвижная игра «Сбей булаву»

Цель: развивать глазомер и меткость.

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

Подвижная игра «Кого назвали, тот и ловит мяч»

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

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

Правила: слушать сигнал.

Подвижная игра «Найди себе пару»

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

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

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

Каждый раз играющие должны иметь пару.

Подвижная игра «Мой весёлый звонкий мяч»

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

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

Мой весёлый звонкий мяч,
Ты куда пустился вскачь?
Красный, жёлтый, голубой,
Не угнаться за тобой.

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

Подвижная игра «Лови – бросай»

Цель. Развивать координацию движений, ловкость, фиксацию взора.

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

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

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

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

Подвижная игра «Ловишка с мячом»

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

Ход. Дети стоят по кругу, передают мяч из рук в руки, произнося:

Раз, два, три — мяч скорей бери!

Четыре, пять, шесть — вот он, вот он здесь!

Семь, восемь, девять — бросай, кто умеет.

Последний, к кому попал мяч, говорит: «Я!», выходит в середину и бросает мяч, стараясь осалить разбегающихся в стороны детей.

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

Подвижная игра «Догони мяч!»

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

Материал: Мячи – большой и маленький.

Ход игры: Играющие образуют круг. Воспитатель приносит два мяча – большой и маленький. Дети должны по сигналу передавать мячи по кругу. По сигналу: «Большой, вперёд!» - передаётся

большой мяч, а за ним через два человека по сигналу: «Маленький, вперед!» - маленький. Через некоторое время по указанию воспитателя начинают передавать мячи в другую сторону, т. е. большой мяч догоняет маленький. Игра продолжается, пока один мяч не догонит другой.

Подвижная игра «Лови - не лови»

Цель: Воспитывать сообразительность и быстроту реакции.

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

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

Подвижная игра «Передай мяч»

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

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

Описание игры.

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

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

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

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

Игровое упражнение «Прокати не упусти»

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

Игровое упражнение «Поймай мяч, брошенный воспитателем»

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

«Лови, бросай, упасть не давай».

Каждое слово сопровождается броском мяча.

Слова нужно произносить медленно.

Игровое упражнение «Перебрось через шнур»

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

Игровое упражнение «Прокати не задень»

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

Игровое упражнение «Чей мяч дальше»

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

Игровое упражнение «Попади в круг»

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

Игровое упражнение «Прокати мяч»

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

Можно прокатывать мяч из разных исходных положений.

Игровое упражнение «Подбрось, поймай, упасть не давай»

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

Игровое упражнение «Догони»

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

Игровое упражнение «Попади в мишень»

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

Игровое упражнение «Веселый мяч»

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

Игровое упражнение «Мяч шалунишка»

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

Игровое упражнение «Закати мяч в ворота»

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

Игровое упражнение «Попади в ворота»

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

Игровое упражнение «Мяч с горки»

Дети стоят в колонне по одному перед горками. Количество колонн зависит от наличия горок. 2-4 горки вполне достаточно для группы. Скотив мяч с горки, дети идут за своим мячом и, передав его следующему, становятся в колонну сзади.

Варианты:

- а) скатывать левой рукой;
- б) скатывать двумя руками;
- в) скатывать мяч, дуя на него;

- г) скатывать, чтобы мяч прошел в ворота;
- д) скатывая мяч, поймать его в совок.

Игровое упражнение «Гонка мячей»

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

Игровое упражнение «Отбей мяч»

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

Игровое упражнение «Прокати по мостику»

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

Игровое упражнение «Успей поймать»

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

«Лови, бросай, упасть не давай».

Каждое слово сопровождается броском мяча. Слова нужно произносить медленно.

Игровое упражнение «Поиграй со мною мяч»

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

Игровое упражнение «Мяч высоко»

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

Игровое упражнение «Играй, играй мяч не теряй»

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

Приложение №2

Мониторинг по определению уровня усвоения программы

Чтобы отследить эффективность данной программы, необходимо проведение мониторинга физической подготовленности детей.

Средняя группа

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

- отбивание мяча
 - на месте правой и левой рукой поочередно;
 - одной рукой с продвижением вперед.
- метание мяча:
 - в даль
 - в цель;
- ведение мяча:
 - удар по воротам;
 - ведение мяча ногой.

Критерии оценки выполнения

Условные обозначения:

- 1 – низкий уровень;
- 2 – средний уровень;
- 3 – высокий уровень.

Высокий уровень – задание понимает полностью, правильно и самостоятельно выполняет.

Средний уровень – задание понимает частично (понимает и выполняет простую инструкцию не в полной мере), справляется при поддержке

Низкий уровень – задание не понимает, и выполнить не может.