

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 11 комбинированного вида»

**ПРИНЯТА**  
**ПЕД. СОВЕТ**  
от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

**УТВЕРЖДЕНА**  
**ЗАВЕДУЮЩИЙ**  
МАДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 11»  
\_\_\_\_\_ **Е.В.КОРОТАЕВА**

*Рабочая программа*  
*по физическому развитию дошкольников*  
*«Веселый мяч» (обучение воспитанников работе с мячом)*

г. Петропавловск - Камчатский  
2014 год



## Содержание Программы

1. Паспорт программы
2. Пояснительная записка
3. Задачи обучения
4. Планирование
5. Список литературы

## 1. Паспорт программы

1. Наименование образовательной услуги	Рабочая программа кружка по физическому развитию дошкольников «Веселый мяч» (обучение воспитанников работе с мячом)
2. Основание для разработки программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Закон РФ «Об образовании» от 29.12.2012 № 273 – ФЗ (ред. от 23.07.2013);</li> <li>• Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;</li> <li>• Постановление Правительства РФ от 15.08.2013 N 706</li> <li>• Программа «Развитие МАДОУ Детский сад № 11» на 2016-2020 годы;</li> <li>• СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».</li> </ul>
3. Заказчик программы	Родители (законные представители) воспитанников МАДОУ «Детский сад № 11»
4. Организация - исполнитель программы	муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 11 комбинированного вида» (далее – МАДОУ «Детский сад № 11») 683009 Камчатский край г. Петропавловск-Камчатский ул. Академика Королева, дом 47/3
5. Целевая группа	Воспитанники в возрасте от 3-7 лет
6. Составители программы	Инструктор по физической культуре Т.В. Дягилева;
Проблема	Поверхностный интерес родителей и детей к мячу, играм с ним. «Дефицит» движений у детей дошкольного возраста.
7. Цели программы	Развитие физически здоровой и нравственно полноценной личности через спортивно—оздоровительные занятия с элементами игры в мяч, формирование устойчивых мотивов и потребностей в занятиях физической

	<p>культурой и спортом, развитие движений детей, формирование двигательных навыков и физических качеств. Обогащение двигательного опыта детей дошкольного возраста.</p>
8. Задачи программы	<p>1. Совершенствовать технику выполнения упражнений с мячом; научить детей владеть мячом на достаточно высоком уровне.</p> <p>2. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование, разучить индивидуальную тактику. Умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.</p> <p>3. Освоить техники игры в баскетбол, способствовать совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей.</p> <p>4. Развивать двигательные способности: координацию движений, выносливость, быстроту ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.</p> <p>5. Обучать умению анализировать свои действия и действия товарищей; учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила;</p> <p>6. Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.</p> <p>7. Укрепить и сохранить здоровье детей; формировать интерес и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями</p>
9. Ожидаемые результаты	<p>1. Владение мячом на достойно высоком уровне.</p> <p>2. Улучшение показателей координации</p>

	<p>движений, выносливости, быстроты, ловкости, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.</p> <p>3. Овладение технико-тактическими действиями с мячом: передача мяча, бросок мяча через сетку, подача мяча, бросок в баскетбольное кольцо, разучат индивидуальную тактику. Умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.</p> <p>4. Понимание сущности коллективной игры с мячом, цели и правил.</p>
10.Срок реализации программы	4 года

## Пояснительная записка

Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопие, вызывает задержку возрастного развития.

Чтобы удовлетворить потребность детей в двигательной активности в детском саду необходимо проводить дополнительные кружки по физическому развитию.

Действия детей с мячом начинаются со второго года жизни. Они занимают значительное место среди других средств физического воспитания и усложняются от группы к группе за счёт введения дополнительных заданий, а так же более сложных способов выполнения.

Упражнения с мячами различного веса и объёма развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей, что особенно важно для шестилетнего ребёнка, готовящегося к обучению в школе. При ловле и бросании мяча ребёнок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма.

Ребёнок старшего дошкольного возраста в состоянии понять сущность коллективной игры с мячом, цель и правила игры. Во время игры он должен уметь определить расстояние, траекторию полёта мяча, его вес и упругость, уметь ориентироваться на площадке, находить более удобное место для ведения игры. В 4-5 лет дети уже усвоить определенную последовательность изменения ситуаций, их взаимозависимость. В 5-6 лет они могут подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.

У детей дошкольного возраста при систематическом обучении значительно улучшаются навыки работы с мячом. Они свободно его держат, передают, бросают. Дети умеют следить за полётом мяча и устремляются в сторону летящего мяча, стараясь поймать его. Такие движения с мячом, как перебрасывание друг другу, ловля бросание в цель, у детей старшего дошкольного возраста становятся правильнее, свободнее по сравнению с младшим детьми, достигают определённого уровня совершенства. Поэтому на базе уже имеющихся движений появляется возможность формировать достаточно сложные действия с мячом, навыки выполнения их определёнными способами

В подготовительной к школе группе, кроме подбрасываний мяча разными способами с различными заданиями, метаний на дальность и в цель, предусмотрено формирование навыков ведения (отбивания мяча), ловли, передачи (перебрасывания мяча друг другу), а также забрасывания в корзину. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию

глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. Они формируют умения схватить, удержать, бросить предмет, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилие с расстоянием, развивают выразительность движений, пространственную ориентировку.

Подвижная игра с мячом требует определённого напряжения мыслительной деятельности детей: анализа ситуации, принятия решения, соответствующего обстановке, предвидения возможных действий противника. Следовательно, в подвижной коллективной игре создается соподчинение разнообразных мотивов действий. В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывать выдержку.

Считаю, что упражнения и игры с мячом являются средствами, гармонически развивающими ребенка, дающими значительный оздоровительный и воспитательный эффект, обеспечивают необходимую физическую нагрузку на все группы мышц. Поэтому освоение детьми владения мячом занимает одно из ведущих мест в моей физкультурно – оздоровительной работе с дошкольниками.

### **Задачи обучения**

#### **2 младшая группа:**

1. Формировать многообразие действий с мячом (катание, бросание, ловля, перебрасывание, забрасывание из разных исходных положений - сидя, стоя на коленях, стоя на ногах)
2. Воспитывать интерес к играм с мячом, желание играть вдвоём, втроём.
3. Развивать согласованность движений, глазомер.
4. В процессе освоения действий с мячом развивать основные движения – ходьбу, бег, прыжки, лазание.

#### **Средняя группа:**

1. Познакомить детей с понятиями для игр с мячом (стойка, ведение мяча на месте, в движении, передача мяча)
2. Создавать ситуации, побуждающие к коллективным играм и действиям с мячом.
3. Воспитывать целеустремлённость, желание достичь положительного результата, доброжелательное отношение друг к другу.
4. Развивать координацию движений, точность, ловкость.

#### **Старший дошкольный возраст:**

##### **Спортивные игры с элементами баскетбола:**

- формировать навык передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину и умение применять их в игровой ситуации,
- научить передавать мяч друг к другу ( двумя руками от груди, одной рукой от плеча);
- научить перебрасыванию мячей друг другу от груди в движении;

- ловля летящего мяча на разной высоте ( на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон;
- бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от груди, от плеча;
- ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь;
- формировать умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом, ориентироваться на площадке, находить свободное место для успешного ведения игры;
- воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

### **Оценка уровня физической подготовленности к игре с мячом:**

1. Бег 10 метров с места (скорость бега, быстрота)
2. Челночный бег 30 метров (ловкость)
3. Броски мяча в вертикальную цель с расстояния 2 метра ( глазомер, сила)
4. Бросание и ловля мяча с расстояния 1,5-2 метра ( техника, ловкость, глазомер)

### **Индивидуально - дифференцированный подход в обучении игре с мячом реализуется через:**

1. Использование на разных этапах обучения мячей разного веса и диаметра (детские резиновые, волейбольные, мини -баскетбольные)
2. Увеличение расстояния при работе с мячом в парах (от 1 до 2 метров)
3. Постепенное увеличение высоты размещения корзины (от 1,5 до 2 метров)
4. Постепенное увеличение физической нагрузки ( повторение действий с мячом от 4 до 10 раз)

**Форма обучения:** специально организованная образовательная деятельность; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом; кружковая работа. Итогом детской деятельности могут служить физкультурные досуги, праздники, развлечения.

**Место проведения:** спортивный зал МАДОУ «Детский сад №11», спортивная площадка.

**Оборудование:** мячи резиновые разного диаметра, волейбольная сетка, гимнастические скамейки, стенка, баскетбольные кольца, стойки, фишки.

### **Уровни усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом**

**Уровень не сформирован:** неуверенно выполняет сложные упражнения с мячом. Не замечает своих ошибок. Не обращает внимание на качество действий с мячом. Не соблюдает заданный темп и ритм с мячом.

**Уровень с стадии формирования:** технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом. Верно оценивает движения сверстников,



иногда замечает собственные ошибки. Не совсем уверенно и точно выполняет действия с мячом в заданном темпе.

**Уровень сформирован:** уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом. Способен придумать новые варианты действий с мячом.

**Организация образовательной деятельности:**

- Проведение бесед об истории и правил спортивных игр с мячом.
- Освоение действий с мячом: ловля, передача, ведение и забрасывание в корзину, подача мяча.
- Перемещение по площадке (залу) осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами.

**Продолжительность проведения ООД по обучению работе с мячом для детей**

Возрастная группа	периодичность	продолжительность
3-4 года	2 раза в неделю	15 минут
4-5 лет		20 минут
5-6 лет		25 минут
6-7 лет		30 минут

**Работа с родителями:**

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

Совместная деятельность детей и родителей в работе с мячом. Организация фотовыставки «Школа мяча», День открытых дверей.

**Наглядная информация для родителей:**

- Папка «Мой весёлый звонкий мяч...» (содержит историю мяча, данные о современных мячах, рекомендации родителям по выбору мячей для детей, значение мяча для ребёнка, картотеку русских народных игр с мячом, упражнения с мячом и т. д.)
- Папка «Играем дома» (содержит творческие подвижные игры для дома, улицы, с мячом и т. д.)
- Папка «Физкультура – это здорово» (содержит подвижные игры для всей семьи, подвижные игры разных народов, игры для всей семьи и т. д.)
- Пополнение картотек «Игры на улице»

## Перспективное планирование 2 младшая, средняя группы

№ п.п	Содержание деятельности
1	« Найди свой домик» - ходьба, бег в рассыпную, по сигналу поселится в свой домик- занять обруч, расположенный на дорожке из обручей
2	« Наши ножки ловко прыгают по дорожке» - прыжки на двух ногах, с ноги на ногу: из обруча в обруч, по дорожке из обручей
3	« Обезьянки» - пролезание через обручи, расположенные на дорожке, «змейкой»
4	« Не отдам мяч» - прыжки ноги вместе, ноги врозь
5	« Птички в гнёздышках» - прыжки, бег в рассыпную
6	« Играй, играй- мяч не теряй» - катание мяча в разные стороны, по сигналу поднять мяч вверх.
7	« Наши ножки ловко бегают по дорожке» - прокатить мяч двумя руками по скату, пробежать за ним по скату.
8	« Поздоровались» - ходьба и бег в рассыпную с мячом в руках перед грудью ,по сигналу найти себе пару, остановится, поднять мяч вверх, потянуться руками друг к другу, касаясь мячами
9	« Большие - маленькие» - вращение мяча кистями рук по большому кругу и по маленькому
10	« Носильщики» - командами перенести мяч в корзину – средняя гр, катать мячи, собрать в корзину – 2-ая младшая гр.
11	« Подними мяч» - ходьба, бег в рассыпную, по сигналу быстро поднять мяч, лежащий на полу
12	« Быстрее к своему мячу» - пролезть через обручи и встать к своему мячу
13	« Пролезь быстрее» - с мячом в руках пролезть через обручи « змейкой»
14	«Кого назвали, тот ловит» - ловля мяча, брошенного педагогом
15	« У кого меньше мячей» - перебрасывание мячей командами на сторону противника
16	«Треугольник» - прокатывание и передача мяча в тройках
17	« Бросай- не зевай» - бросок мяча вниз двумя руками и ловля его после отскока
18	« Лови- не зевай» - ловля мяча двумя руками после броска вверх
19	« Мяч в обруч» - бросок мяча двумя руками от груди в обруч, догнать мяч, пролезть в обруч
20	« Не урони» - передача мяча в парах сидя, стоя на коленях, стоя на ногах

21	« Попади в корзину» - бросок мяча двумя руками от груди в корзину
22	« Чьё звено быстрее» - передача мяча по кругу
23	«Прыг- скок» - ведение мяча на месте
24	«Стой» - кружение с мячом в руках, по сигналу- постоять на одной ноге
25	«Прыг-скок, побежал дружок» - ведение мяча в движении

### Игры и упражнения с мячом

Название игры	Цель игры
Мяч в кругу	Научить детей прокатывать мяч в определённом направлении
Мяч с горки	Учить прокатывать мяча с горки
Докати до стены	Совершенствовать навык отталкивания мяча при прокатывании
Догони мяч	Догнать катящийся мяч
Закати мяч	Обучать прокатыванию мяча в ворота
Поймай отскочивший мяч	Научить ловить мяч после отскока от предмета
Мяч навстречу	Совершенствовать навыки отталкивания и ловли мяча
Мяч в горку	Прокатывать мяч на наклонную горку и ловить его руками
Мяч в горку - об стенку- с горки	Совершенствовать навык прокатывания мяча на наклонную горку с отскоком его от стены
Закати мяч в обруч	Закатить мяч в обруч при помощи палки
Чей мяч улетит дальше	Совершенствовать навык владения мячом при прокатывании в горку
Выстрели мячом	Закреплять навык катания мяча друг другу
Мяч вдогонку	Быстро передавать и принимать мяч, не роняя его
Передай мяч	Передавать мяч из рук в руки в движении, совершенствовать координацию движений при обегании предметов

### Игры с подбрасыванием и ловлей мяча

Название игры	Цель игры
«Подбрось – поймай»	Подбрасывать мяч вверх и ловить его
«Перебрось мяч»	Точно перебрасывать и ловить мяч
«Успей поймать»	Бросать мяч в определенном направлении и ловить летящий мяч
«Из обруча- в обруч»	Совершенствовать навык бросания мяча в неподвижную горизонтальную

«Попади в катящийся обруч»	Попадать мячом в движущую цель
«Мяч об пол»	Ловить отскочивший от пола мяч
«Попади в «окошко»	Попадать мячом в вертикальную цель
«Мяч в корзину»	Бросать мяч в заданном направлении с отскоком от пола
«Мяч о стену»	Бросать мяч в стену, совершенствовать навык ловли мяча
«Попади в круг»	Бросать мяч о стену и ловить отскочивший от пола мяч
«Мяч в кружок»	Совершенствовать умение попадать мячом в неподвижную горизонтальную цель
«Перепрыгни»	Перепрыгнуть мяч после удара о стену
«Попади и поймай»	Бросать мяч в горизонтальную цель
«Не задень мяч»	Развивать ловкость и координацию движений
«Мяч в обруч»	Совершенствовать броски мячом в вертикальную цель
«От пола – в гимнастическую стенку»	Попадать мячом в горизонтальную цель после отскока от пола
«Мяч через сетку»	Подавать и ловить мяч через сетку
«Послушный мяч»	Научить ударять по мячу так, чтобы он подскакивал на месте
«Попади в кольцо»	Совершенствовать умение вести мяч одной рукой и метко попадать им в баскетбольное кольцо

### Игры с ведением мяча на месте и в движении

Название игры	Цель игры
«Послушный мяч»	Научить ударять по мячу так, чтобы он подскакивал на месте
«Мяч по дорожке»	Совершенствовать навык ведения мяча в прямом направлении в ограниченном пространстве
«Мяч вокруг обруча»	Совершенствовать навык ведения мяча рукой по кругу
«Мяч по кочкам»	Научить ведению мяча в заданном направлении
«Обведи – прокати»	Совершенствовать навык ведения мяча с изменением направления и последующим прокатыванием

### Упражнения с мячом

1	Прокатывать мяч друг другу на расстоянии 1,5- 2 м попеременно правой и левой рукой
---	--

2	Подбрасывать мяч вверх, ловить двумя руками или поочередно каждой рукой
3	Бросать мяч об пол, ловить двумя руками, успев хлопнуть в ладоши ( на месте и в ходьбе)
4	Подбросить мяч вверх, дать ему стукнуться об пол, поймать двумя руками, каждой рукой, после броска успеть сделать поворот вокруг себя
5	Бросить мяч о стену, после отскока от пола поймать двумя руками или каждой рукой поочередно
6	Бросить мяч о стену, подпрыгнуть на одной ноге, поймать двумя руками
7	Бросить мяч так, чтобы он коснулся стены, и поймать его
8	Бросить мяч об пол так, чтобы он коснулся стены, снова ударился об пол, и поймать
9	Вести мяч одной рукой обводя предметы, на месте; сидя на корточках; стоя; с продвижением вперед
10	Положить мяч на голову и стараться продержать его как можно дольше

ООД во 2-ой младшей группе

**Задачи:** формировать разнообразие действий с мячом (катание, бросание, перебрасывание); воспитывать интерес к играм с мячом, продолжать развивать основные движения – ходьбу, бег, прыжки, лазание.

**Оборудование:** мячи на каждого ребенка, дорожки из обручей.

Игровые упражнения	Дозировка	Темп	Методические указания
«Найди свой домик»	3 р	Умеренный быстрый	На площадке на средней линии, горизонтально разложена дорожка из обручей. Дети ходят в рассыпную. По сигналу «бегом» поселятся в свой обруч, расположенный на дорожке.
«Птички в гнездышках»	3р	Умеренный	Дети стоят в обручах с мячами в руках. « поднялось солнышко, вылетели птички из гнезд,- говорит педагог. Дети разбегаются по площадке. «Вечер наступил!»- каждый запрыгивает в обруч и выполняет упражнение: -показать, что солнышко встало - сесть на мяч в обруче - прокатить мяч внутри обруча - выпрыгнуть из обруча и полетать
« Наши ножки ловко прыгают по дорожке»	3 р	Быстрый	Дети стоят в колонне перед обручами с мячами в руках. По

			сигналу прыгают из обруча в обруч на двух ногах
« Мяч в обруч»	4р	Умер	Дети стоят на лицевой линии на расстоянии 2 м от дорожки из обручей, укрепленной вертикально на 2-х стойках. По сигналу бросить мяч от груди в обруч. догнать его, пролезая в обруч
« Бросай, не зевай!»	10р	Спок	Дети стоят в рассыпную с мячами в руках. Игровое задание: бросить мяч вниз двумя руками и поймать
« Не урони»	6 р	Спок	Дети сидят лицом друг к другу в шеренгах, мячи у первой шеренги. По сигналу перебрасывают мяч друг к другу. - перебрасывание мяча двумя руками от груди сидя, ноги врозь
« Носильщики »	2 мин		Мячи разложены по площадке. Дети ходят в рассыпную. По сигналу брать мячи и складывать их в корзину.

### ООД во 2-ой младшей группе

**Задачи:** продолжить формировать многообразие действий с мячом (катание, бросание, перебрасывание из разных положений- сидя, стоя на коленях); воспитывать желание играть вдвоём, втроём; развивать согласованность движений, быстроту реакции, ориентировку в пространстве, глазомер.

**Оборудование:** мячи на каждого ребенка, скат, 2 обруча.

Игровые упражнения	Дозировка	Темп	Методические указания
« Поздоровались!»	3р	Умер	Дети ходят и бегают с мячом в руках в рассыпную. По сигналу «Найди себе пару!» остановится, поднять мяч вверх, потянуться руками друг к другу касаясь мячами
« Большие-маленькие!»	3р	Спок	Дети стоят в кругу с мячами в руках. По сигналу вращают мяч кистями рук по маленькому и большому кругу
« Подъёмный кран »	3-4р	Спок	Дети сидят в кругу, мяч между ног. По сигналу поднять мяч вверх, опустить

« Не отдам!»	3р	Быстр	Дети стоят в круге, ноги врозь, между ног мячи. Педагог в центре. Он делает вид, что пытается взять мяч, приближаясь то к одному, то к другому реб-ку. Каждый прыжком соединяет ноги вместе и говорит: « Не отдам!»
« Играй, играй- мяч не теряй»	1 мин	Быстр	Дети врассыпную катают мячи. По сигналу поднимают вверх
« Наши ножки ловко бегают по дорожке!»	3 р	Быстр	Дети стоят в середине перед скатом. По сигналу катят мяч по скату, пробегают по нему, берут мяч в руки, поднимают вверх, а затем катят обратно
« Треугольник »	6р	Умер	Дети поделены на тройки. По сигналу передавать мяч двумя руками от груди, затем из-за головы
« Прыг- скок»	1 мин	Спок	Дети расположены произвольно на площадке. По сигналу отбивают мяч одной рукой
« Кого назвали- тот ловит мяч!»	1 мин	Спок	Дети стоят в круге, педагог в центре. Взрослый называет имя одного ребёнка и подбрасывает мяч вверх – вперед. Названный ребёнок должен поймать мяч и бросить обратно

### ООД в средней группе

**Задачи:** познакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол, создавать общее представление о действиях в игре (стойка, передача, ведение); воспитывать целеустремлённость, желание достичь положительного результата; развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, внимание.

**Оборудование:** мячи на каждого ребенка, дорожки из обручей.

Игровые упражнения	Дозировка	Темп	Методические указания
« Найди свой домик»	4р	умер	На средней линии площадки дорожка из обручей, ( на каждом завязана цветная ленточка) дети ходят врассыпную с мячом в руках. По сигналу «поселиться » в свой обруч, выполнить действия с мячом:

- « Солнышко встало»  -« Солнышко покатилось» -«Солнышко легло спать»			- присесть с мячом, встать руки вверх  - катание мячей внутри обруча  -поддержать мяч на ладошках
« Наши ножки ловко прыгают по дорожке»	3 р	быстрый	Дети стоят в колонне перед обручами с мячами в руках. По сигналу прыгают из обруча в обруч на двух ногах
« Пролезь быстрее»	3р	умер	Дорожка из обручей расположена вертикально. Дети стоят с мячами в руках пред обручами. По сигналу друг за другом пролезть в обручи змейкой
« Мяч в обруч»	бр	спок	Дети стоят на расстоянии 2 м от дорожки из обручей. По сигналу бросить двумя руками в обруч, догнать мяч, пролезая в обруч, затем бросить двумя руками из-за головы
« Лови, не зевай»	10 р	умер	Дети стоят по площадке с мячами в руках врассыпную. По сигналу ловят мячи после броска вверх
« Прыг- скок»	7 р	спок	Дети располагаются на площадке произвольно и ведут мячи на месте. Обратить внимание на стойку и на то. Что мяч ведется вперед – сбоку
« Не урони»	8 р	спок	Дети сидят лицом друг к другу в шеренгах, мячи у первой шеренги. По сигналу перебрасывают мяч друг к другу. - перебрасывание мяча двумя руками от груди сидя, ноги врозь
« Какого мяча нет»	2 мин	спок	Дети стоят в кругу, в центре педагог с мячами: футбольным, волейбольным, баскетбольным. Дети закрывают глаза, педагог прячет мяч. Кто быстрее всех угадает, какого мяча нет



### ООД в средней группе

**Задачи:** продолжать познакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол, продолжать формировать навык передачи, ловли, ведения мяча; создавать ситуации побуждающие к коллективным действиям с мячом; воспитывать целеустремлённость, развивать точность, ловкость, глазомер.

**Оборудование:** мячи на каждого ребенка, баскетбольные корзины.

Игровые упражнения	Дозировка	Темп	Методические указания
« Поздоровались!»	4р	умер	Дети ходят и бегают с мячом в руках врассыпную. По сигналу «Найди себе пару!» останавливаются, поднять мяч вверх, потянуться руками друг к другу касаясь мячами
« Большие- маленькие!»	4р	спок	Дети стоят в круге с мячами в руках. По сигналу вращают мяч кистями рук по маленькому и большому кругу
« Не отдам!»	4 р	спок	Дети стоят в круге, ноги врозь, между ног мячи. Педагог в центре. Он делает вид, что пытается взять мяч, приближаясь то к одному, то к другому реб-ку. Каждый прыжком соединяет ноги вместе и говорит: « Не отдам!»
« Играй, играй- мяч не теряй»	1 мин	быстр	Дети врассыпную катают мячи. По сигналу поднимают вверх
« Наши ножки ловко бегают по дорожке»	3р	быстр	Дети стоят в колонне перед скатом. По сигналу катят мяч по скату, пробегают по нему, берут мяч в руки, поднимают вверх, а затем катят обратно со скатом
« Чьё звено быстрее?»	3р	быстр	Дети стоят в кругах, несколько команд. По сигналу- передача мяча двумя руками от груди по кругу
« Попади в корзину»	7р	умер	Команды стоят в колоннах в 1,5 м от щитов. По команде игроки поточно бросают мяч в корзину
« Прыг- скок, побежал дружок!»	2 мин	спок	Дети располагаются произвольно. По сигналу вести мяч в движении
« У кого меньше мячей?»	2 мин	быстр	Дети располагаются командами, через сетку. По сигналу перебрасывают мячи произвольным способом на сторону противника

«Стой!»	1 мин	умер	Дети кружатся с мячом в руках. По сигналу постоять на одной ноге, мяч перед грудью
---------	-------	------	--

## Перспективное планирование работы

( старший дошкольный возраст )

Содержание работы		Месяц							
		Ноябрь				Декабрь			
		1 нед	2 нед	3 нед	4 нед	1 нед	2 нед	3 нед	4 нед
1.	Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.								
2.	Передача мяча двумя руками от груди, стоя на месте парами.								
3.	Передача мяча двумя руками от груди при движении парами.								
4.	Передача мяча в шеренге по кругу								
5.	Передача в тройках								
6.	Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны								
7.	Передача мяча парами при противодействии защитника								
8.	Ведение мяча шагом, на месте								
9.	Ведение мяча с изменением: направления передвижения; скорости передвижения; высоты отскока								
10.	Ведение мяча вокруг себя, попеременно правой( левой) рукой и остановка								
11.	Ведение, остановка, передача								
12.	Игры и эстафеты, подвижные игры								
13.	Бросок мяча в корзину(поставленную на пол)								
14.	Бросок мяча в цель двумя руками от груди с места								
15.	Бросок мяча в корзину после ведения ( с фиксацией остановки)								
16.	Бросок мяча в корзину								
17.	Сочетание действия: ловля-бросок; ведение – бросок; ловля – ведение; ведение – передача.								
18.	Передвижение по площадке бегом, приставным шагом								
19.	Упражнения для формирования чувства мяча								

20.	Ловля мяча								
-----	------------	--	--	--	--	--	--	--	--

### Перспективное планирование работы

( старший дошкольный возраст )

Содержание работы		Месяц							
		Апрель				Май			
		1 нед	2 нед	3 нед	4 нед	1 нед	2 нед	3 нед	4 нед
1.	Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.								
2.	Передача мяча двумя руками от груди, стоя на месте парами.								
3.	Передача мяча двумя руками от груди при движении парами.								
4.	Передача мяча в шеренге по кругу								
5.	Передача в тройках								
6.	Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны								
7.	Передача мяча парами при противодействии защитника								
8.	Ведение мяча шагом, на месте								
9.	Ведение мяча с изменением: направления передвижения; скорости передвижения; высоты отскока								
10.	Ведение мяча вокруг себя, попеременно правой( левой) рукой и остановка								
11.	Ведение, остановка, передача								
12.	Игры и эстафеты, подвижные игры								
13.	Бросок мяча в корзину(поставленную на пол)								
14.	Бросок мяча в цель двумя руками от груди с места								
15.	Бросок мяча в корзину после ведения ( с фиксацией остановки)								
16.	Бросок мяча в корзину								
17.	Сочетание действия: ловля-бросок; ведение – бросок; ловля – ведение; ведение – передача.								
18.	Передвижение по площадке бегом, приставным шагом								
19.	Упражнения для формирования чувства мяча								
20.	Ловля мяча								

Литература:

1. Адашкявичене Э.Й. «Баскетбол для дошкольников» - издательство «Просвещение», 1983 г.
2. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» - издательство НЦ ЭНАС, 2004.
3. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. «Игры с элементами спорта» - программа «Играйте на здоровье» и технология её применения в ДОУ.- издательство «Гном и Д», 2004 г.
4. Гришин В.Г. «Игры с мячом и ракеткой» - издательство «Просвещение», 1982 г.
5. Николаева Н.И. «Школа мяча» - издательство «Детство-пресс», 2008.
6. Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет» - «Детство-пресс», 2009.
7. Филипова С.О., под ред. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения» - «Детство-пресс», 2005.
8. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей старших дошкольников» - издательство «Детство-пресс», 2010.