

Содержание

1. Пояснительная записка стр. 3
2. Цель программы стр. 3
3. Принципы и подходы стр. 4
4. Значимые характеристики особенностей развития детей с ТНР стр. 4
5. Планируемые результаты освоения образовательной программы стр. 4
6. Содержательный раздел секции «Школа мяча» стр. 5
7. Описание образовательной деятельности по реализации секции «Школа мяча» стр. 5
8. Специальные условия стр. 9
9. Методы и приемы обучения упражнениям и играм с мячом стр. 10
10. Приложение № 1 «Уровни усвоения двигательных умений и навыков» стр. 10
11. Приложение № 2 «Игровые упражнения с мячом» стр. 11
12. Приложение № 3 Комплекс «Разминка» стр. 13
13. Приложение № 3 Комплекс «Фокусник» стр. 14

**1.Целевой раздел**

**1.1.Пояснительная записка**

Программа разработана в соответствии:

- Федеральным законом «№ 273 от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17.10.2013г.);

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 N 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.2660-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»;

- Конвенцией ООН о правах ребенка (1989);

- Приказом МО РФ и МЗ РФ Государственного комитета РФ по физической культуре и спорту, РАО N2715/227/166/19 от 16.07.2002 г. «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях РФ»;

- АООП ДО МБДОУ д/с № 6.

Парциальная программа секции «Школа мяча» физкультурно-оздоровительной направленности, является адаптированной, ознакомительной. Разработана на основе программы «Физическая культура дошкольникам» Л.И.Пензулаевой и элементами программ «Школа мяча» Н.И. Николаевой; "Игры с мячом" Т. А. Воробьева, О И Крупенчук.

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

**Актуальность**

Физкультурные занятия, построенные на использовании элементов спортивных игр и упражнений, в значительной степени способствуют повышению уровня физической подготовленности и вызывают повышенный интерес к физической культуре у дошкольников. Что особенно важно для детей с тяжелым нарушением речи!

Секция «Школа мяча» разработана с целью совершенствования и дополнительного развития физических качеств и способностей у воспитанников с ТНР. План секции «Школа мяча» предусматривает разнообразную деятельность с мячами различного размера и качества в соответствии с интересами и потребностями детей, с учетом возраста, их особенностями, состоянием здоровья.

Работа секции является дополнительным эффективным средством повышения двигательной активности воспитанников. Упражнения с мячами разного размера развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, способствуют развитию подвижности в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение, тренируют сердечно – сосудистую систему. В действиях с мячом совершенствуются навыки основных видов движений – бега, прыжков, что дает дополнительный стимул к развитию координации, ловкости, выносливости. А также развивается ориентировка в пространстве и относительно своего тела.

**1.1.1 Цель программы**

Развитие физических качеств и обогащение двигательного опыта детей с ТНР за счет усвоения разнообразных действий с мячом на достаточно высоком уровне.

**Задачи**

**Оздоровительные:**

- Сохранять и укреплять психофизическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие.

- Способствовать совершенствованию деятельности основных систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей.

**Образовательные:**

- Ознакомить воспитанников с историей возникновения мяча.

- Ознакомить с историей игр.

- Изучать правила командных игр.

**Развивающие:**

- Совершенствовать физические качества – ловкость, выносливость, скорость реакции, силовые качества.

- Обучать элементам игры в волейбол, баскетбол, мини-футбол.

- Развивать двигательные способности и возможности детей.

- Закреплять и совершенствовать собственный двигательный опыт воспитанников.

**Воспитательные:**

- Формировать устойчивый интерес к физическим упражнениям через игры с мячом.

- Воспитывать умение подчинять свою деятельность правилам игры.

- Воспитывать умение действовать коллективно, оказывать помощь товарищам в сложных игровых ситуациях.

- Воспитывать организованность, самостоятельность, элементы самоконтроля, двигательное творчество.

**1.1.2 Принципы и подходы**

-поддержка разнообразия детства;

-принцип индивидуально-дифференцированного подхода, индивидуализации;

-принцип гармоничности образования;

-поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

-соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям индивидуального развития детей с ТНР.

**1.1.3 Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста с тяжелым нарушением речи.**

Двигательная сфера детей с ТНР характеризуется наличием стереотипных движений, трудностями формирования двигательных навыков, нарушениями мелкой и крупной мо­торики.

Детям свойственны, в частности, нарушения в основных видах движений:

- неправильная постановка стопы (тяжелая походка) во время ходьбы и бега;

- наклон головы во время ходьбы и бега;

- боковые раскачивания всем те­лом;

- похлопывания или почесывания;

- ходьба на цыпочках или ставя стопу плашмя, хлопая подошвой о пол;

- лишние движения руками, или наоборот – «повисшие» руки, не принимающие участия в двигательной деятельности;

- одноопорное отталкивание при прыжке с двух ног.

У детей с ТНР движения могут быть вялы или, наоборот, напряженно скован­ны, с отсутствием плас­тичности. Из-за нарушения ре­гуляции мышечной деятельности у них сложно формируются двигательные навыки в упражнениях с мелкими предметами, и особенно с мячом. Поэтому возникают трудности в становлении целенаправлен­ных движений, элементов самоконтроля за своими двигательными действиями и их оценивания.

**1.2 Планируемые результаты освоения образовательной программы**

Ребёнок выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание) или стремится к правильному выполнению.

Ребёнок умеет в паре со сверстником перебрасывать мяч двумя руками снизу, из-за головы, от груди (расстояние 3-4 м), через сетку.

Может бросать мяч вверх, о пол, ловить его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, с поворотами.

Легко отбивает мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении, перебрасывает набивные мячи.

Ребёнок владеет метанием на дальность (6-12 м) левой и правой рукой; метанием в цель из разных положений; метанием в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м); метанием в движущуюся цель.

Умеет поочередно подбрасывать и ловить два малых мяча; одновременно правой и левой рукой с перекладыванием (элемент жонглирования).

Ребёнок освоил элементы спортивных игр:

Баскетбол:

-умеет передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча);

-умеет перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении;

-умеет ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон;

-умеет забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча;

-умеет вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь по сигналу.

Волейбол:

-умеет выполнять отбивание мяча после подачи соперника через сетку;

-умеет производить подачу надувного мяча одной рукой снизу, сверху;

-выполняет простейшие правила игры.

Мини-футбол:

-умеет передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте;

-умеет вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Пионербол*:*

- умеет производить подачу из-за лицевой линии;

-умеет выполнять бросок через сетку из разных частей площадки;

-способен выполнять игровые действия в команде;

-правильно реагирует на свисток и жесты судьи.

**2. Содержательный раздел секции «Школа мяча»**

2.1.Описание образовательной деятельности

**Режим занятий секции «Школа мяча»**

- Подготовительная группа - 30' 1 раз в неделю

Количество детей, посещающих секцию – 13.

День проведения секционного занятия – в соответствии с планом.

Место проведения – спортивный зал.

На занятиях и вне занятий:

- проведение бесед об истории и правилах спортивных игр с мячом;

- демонстрация мультимедийных презентаций о видах спорта, правилах игры и т.д., просмотр мультфильмов на спортивную тематику, видеороликов;

- освоение детьми техникой игры в пионербол, баскетбол, мини - футбол, волейбол, состоящую из двух видов действий: движения, которые выполняются без мяча или с мячом в руках без передачи его партнёру (стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения);

- перемещение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами;

- применение мелких предметов для развития мелких мышц рук;

- использование различных видов мячей для ОРУ;

- использование дыхательных упражнений;

- проведение ритмической гимнастики;

- использование упражнений на расслабление.

Обязательное условие – спортивная форма и наличие спортивной обуви типа кроссовок.

Срок реализации программы 2 года. Учебный год длится 9 месяцев - с сентября по май.

**Форма подведения итогов**

- Диагностическое обследование по усвоению программы на начало и конец года.

- Отчет по результатам диагностических тестов на педагогической планерке.

**2.1.5 Описание образовательной деятельности по реализации секции «Школа мяча»**

**Перспективный план (1 год обучения)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Задачи | Содержание | Дата |
| |  | | --- | |  |   Диагностика | Выявить уровень физической подготовленности детей. | Сентябрь |
| Углубить представление детей о спортивных играх с мячом.  Познакомить с историей возникновения мяча.  Развивать ориентировку в пространстве, умение участвовать в командной игре. | Знакомство с историей возникновения мяча.  1. Беседа «Спортивные игры с мячом».  2. Д/и «Что это за мяч?»  Обучение правилам игры:  «Горячая картошка», «Круг выжигала» | Октябрь |
| Познакомить детей со спортивной игрой баскетбол, правилами игры.  Развивать глазомер, ловкость. Обращать внимание на технику броска. | 1.Обучение подбрасыванию и ловле «Салютиков»  2.Обучение ведению мяча правой и левой рукой; попеременно.  3. Упражнять в забрасывании мяча в корзину, мягкой ловле кистями рук. | Ноябрь |
| Развивать мелкую моторику рук; функцию равновесия; периферического зрения.  Закрепление перебрасывания малого мяча в парах различными вариантами. | 1.Броски мяча вверх и ловля его в движении (не менее 10 раз)  2.Перебрасывание мяча снизу (3 – 4 м.)  3. Передача мяча друг другу парами, в тройках  Обучение П/и «Лови – не лови»  4.Ведение мяча по скамейке (высота скамейки – 20см, ширина – 20см). | Декабрь |
| Упражнять в развитии зрительно-моторной координации; ориентировки; быстроты реакции. | 1. Обучение перебрасыванию малого мяча в парах; в тройках.  2. Закрепление бросания большого мяча о стену и ловля его после отскока в парах.  3. Ведение мяча по скамейке (высота скамейки – 20см, ширина -20см) | Январь |
| Продолжать развивать мелкую моторику рук; зрительно-моторную координацию; ловкость. | 1. Обучение ведению мяча:  -змейкой между предметами;  -с остановкой по сигналу;  -с реагированием на другой объект (посмотреть на инструктора, сказать какого цвета флажок у него в руках при этом мяч не терять).  2. Закрепление забрасыванию мяча в баскетбольную корзину различными способами.  3. Упражнение в перебрасывании мяча через шнур различными способами. | Февраль |
| Совершенствование всех умений и навыков, мониторинг навыка владения мячом.  Диагностика полученных навыков и умений владения мячом. | 1. Совершенствование ведения мяча с заданиями:  -по сигналу посмотреть и назвать цвет;  -змейкой между предметами;  -боком приставным шагом вправо-влево;  -по скамейке (высота 40см).  2. Совершенствование перебрасывания малого мяча в парах с различными заданиями.  3.Совершенствование подбрасывания и ловли «Салютиков». | Март |
| 1.Совершенствование ведения мяча:  -приставным шагом вправо и влево,  -боковым галопом вправо и влево,  -по скамейке (высота – 40см), правой рукой – левая на  поясе, левой рукой – правая на поясе.  2.Перебрасывание мяча на присосках в парах.  3.Забрасывание мяча в баскетбольную корзину  произвольным способом (соблюдая технику движения). | Апрель-май |

**Перспективный план (2 год обучения)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Задачи** |  |  |
| Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча.  Развивать мелкую моторику рук; зрительно-моторную координацию; ловкость. | 1.Обучение подбрасыванию и ловле мяча с различными заданиями:  -с хлопками перед собой, за спиной, с двойными хлопками;  -пропуская мяч в «домик»;  -с поворотом вокруг себя.  2.Закрепление:  -вращение кисти вправо-влево;  -разминка пальцев рук поочерёдно, одновременно;  -отрабатывание замаха и броска кистью руки (подводящее упражнение).  3.Упражнение в отбивании мяча различными способами:  в подбрасывании и ловле большого и малого мяча | Сентябрь |
| Способствовать развитию зрительно-моторной координации; ориентировки; быстроты реакции. | 1.Обучение подбрасыванию и ловле малого мяча (Ø 15 см.):  -подбрасывание одной рукой и ловля двумя (ловишка «Цветочек»);  -подбрасывание правой рукой, ловля правой рукой – левая рука  за спиной;  - подбрасывание правой рукой, ловля левой рукой;  -бросание малого мяча о стену и ловля его после отскока от пола.  2. Закрепление отбивания мяча (большого):  -правой рукой с продвижением вперёд;  -левой рукой с продвижением вперёд;  -попеременно правой, левой рукой.  3. Совершенствование умения передавать мяч без потерь:  - передача мяча в кругу по сигналу вправо- влево И.М.П. «Мой веселый звонкий мяч». (Дети с мячами стоят через одного). | Октябрь |
| Познакомить с историей возникновения игры в волейбол.  Развивать крупную и мелкую моторику; коммуникационные навыки; межполушарные связи. | 1.Обучение подбрасыванию и ловле «Салютиков»  2.Закрепление ведения мяча правой – левая на поясе; левой – правая на  поясе; попеременно.  3.Упражнение в перебрасывании мяча через шнур в парах различными вариантами | Ноябрь |
| Развивать мелкую моторику рук; функцию равновесия; периферического зрения.  Познакомить с правилами игры в «Пионербол» | 1.Обучение метанию малого мяча вдаль кистью;  -метание малого мяча в вертикальную цель, в горизонтальную, дальнюю, близкую);  -передача малого мяча впереди, позади, под коленом, за ногой, при ходьбе по повышенной площади опоры;  2.Закрепление перебрасывания малого мяча в парах через сетку различными вариантами.  Игра с элементами волейбола «Пионербол»  3.Ведение мяча в ходьбе по скамейке (высота скамейки – 20см, ширина – 20см). | Декабрь |
| Упражнять в развитии зрительно-моторной координации; ориентировки; быстроты реакции.  Познакомить с историей возникновения игры в баскетбол. | 1.Обучение перебрасыванию малого мяча в парах:  -с ударом о пол (обращать внимание на работу кисти);  -с хлопком после броска;  -с хлопком перед ловлей;  -перебрасывать левой рукой - правая за спиной;  перебрасывать левой рукой – правая за спиной.  2.Закрепление бросания большого мяча о стену и ловля его после отскока:  -с хлопком;  -с поворотом.  3.Ведение мяча в ходьбе по скамейке (высота скамейки – 20см, ширина -20см):  -с ударом о скамейку;  -с ударом о пол сбоку от скамейки;  -боком приставным шагом вправо-влево. | Январь |
| Продолжать развивать мелкую моторику рук; зрительно-моторную координацию; ловкость. | 1. Обучение ведению мяча:  -змейкой между предметами;  -с остановкой по сигналу;  -с реагированием на другой объект (посмотреть на инструктора, сказать какого цвета флажок у него в руках при этом мяч не терять).  2. Закрепление забрасыванию мяча в баскетбольную корзину различными способами.  3. Упражнение в перебрасывании мяча через шнур различными способами. | Февраль |
| Учить ловко принимать и точно передавать мяч друг другу во время ходьбы.  Упражнять в быстрой смене движений.  Упражнять в умении передачи мяча в движении. | 1.Совершенствование ведения мяча с заданиями:  -по сигналу посмотреть и назвать цвет;  -змейкой между предметами;  -боком приставным шагом вправо-влево;  -по скамейке (высота 40см).  2.Совершенствование перебрасывания малого мяча в парах с различными заданиями.  3.Совершенствование подбрасывания и ловли «Салютиков». | Март |
| Диагностика полученных навыков и умений владения мячом. | 1.Совершенствование ведения мяча:  -приставным шагом вправо и влево,  -боковым галопом вправо и влево,  -по скамейке (высота – 40см), правой рукой – левая на  поясе, левой рукой – правая на поясе.  2.Перебрасывание мяча на присосках в парах.  3.Забрасывание мяча в баскетбольную корзину  произвольным способом (соблюдая технику движения). | Апрель-май |

**2.3.1 Специальные условия**

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

Обучение дошкольников в «Школе мяча» проходит поэтапно. На каждом занятии навыки владения мячом дети осваивают и закрепляют через игровую деятельность. Объяснения для детей сопровождаются показом и выполнением необходимых действий с мячом, любое словесное объяснение сопровождается наглядным показом инструктора и многократным повторением упражнений.

Обучение в «Школе мяча» состоит из трёх этапов: начального, углубленного разучивания и совершенствования двигательных умений и навыков.

Этап начального обучения

На этом этапе дети учатся простейшим действиям с мячом для развития координации движений, развивают умение следить за траекторией полёта мяча, вырабатывают быструю ответную реакцию на летящий мяч.

Этап углубленного разучивания

На этом этапе дети активно знакомятся с элементами спортивных и подвижных игр с мячом; их действия принимают направленный и осознанный характер. Этап углубленного разучивания упражнений характеризуется уточнением и совершенствованием техники выполнения.

Этап закрепления и совершенствования двигательных знаний и навыков

Это этап закрепления полученных знаний, умений и навыков владения мячом в спортивных играх и эстафетах. Этап совершенствования упражнений можно считать завершённым, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

**3.1 Формы обучения:**

- Специально организованные занятия.

- Образовательная деятельность игрового характера.

- Групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

- Физкультурные досуги и развлечения.

Для обучения детей действиям с мячом организуются секционные занятия, которые имеют традиционную структуру и состоят из трёх частей:

1 Часть (вводная) включает в себя различные виды ходьбы и бега или комплекс ритмической гимнастики.

2 Часть (основная) состоит из комплекса ОРУ с разными видами мячей, упражнения для кистей рук с мелкими предметами, ОВД с мячами, подвижных игр и дыхательных упражнений.

3 Часть (заключительная) включает в себя игры малой подвижности, релаксацию.

Специально организованные занятия проводятся в виде эстафет; круговой тренировки; тематические; занятия – встречи «Игра со спортсменом» и т.д.

**3.1.1 Методы, приемы обучения детей упражнениям и играм с мячом**

- Показ упражнения с объяснением техники его выполнения.

- Повторение упражнения, закрепление полученного двигательного опыта.

- Использование схематичных изображений - алгоритмов выполнения упражнений.

- Использование видеороликов (в карантинные дни).

- Творческие двигательные задания.

- Задания игрового и соревновательного характера.

**Материально - техническое обеспечение**

Для полноценных занятий и проведения мероприятий имеется:

1. Спортивный зал с хорошим освещением, и необходимым для занятий инвентарём.
2. На окнах - сетки, лампы защищены.
3. Помещение для хранения спортивного инвентаря и другого имущества необходимого для занятий, спортивных досугов.
4. Мячи разного веса и диаметра (теннисные, резиновые, волейбольные, футбольные).
5. Баскетбольная стойка.

**Приложение№ 1**

**Уровни усвоения двигательных умений и навыков**

**движений с мячом 5 – 7 лет**

**Низкий**

Допускает ошибки в основных упражнениях с мячом. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке.

**Средний**

Технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом, проявляет усилия, активность и интерес. Способен оценить движения с мячом других детей, упорен в достижении своей цели. Может придумать и выполнить несложные действия с мячом.

**Высокий**

Технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет все упражнения с мячом. Правильно оценивает движения с мячом других детей. Проявляет элементы творчества в работе с мячом. Самостоятельно составляет простые варианты упражнений с мячом.

**Диагностика уровня владения мячом детей старшего дошкольного возраста**

таблица № 1

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. ребенка | Тест № 1 | | | | Тест № 2 | | | | Тест № 3 | | | | Тест № 4 | | | | Тест № 5 | | Тест № 6 | | | | Тест № 7 | | Тест № 8 | | Уровни | |
|  | п | л | п | л | п | л | п | л | п | л | п | л | п | л | п | л | п | л | п | л | п | л | п | л | п | л |  |  |
|  | с | с | м | м | с | с | м | м | с | с | м | м | с | с | м | м | с | м | с | с | м | м | с | м | с | м | с | м |
| Примечания |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Тест № 1 – отбивание мяча правой, левой рукой на месте (не менее 5 раз)

Тест № 2 – ведение мяча правой, левой рукой (не менее 3 м.)

Тест № 3 – бросание мяча о стену и ловля его правой, левой рукой (не менее 5 раз)

Тест № 4 – подбрасывание и ловля малого мяча правой, левой рукой (не менее 8 раз)

Тест № 5 – перебрасывание мяча в парах (элемент волейбола)

Тест № 6 – метание мяча правой, левой рукой в даль (6-12м.)

Тест № 7 – забрасывание мяча в баскетбольную корзину (элемент баскетбола)

Тест № 8 – перебрасывание мяча через сетку (элемент пионербола)

с – сентябрь

м – май

п – тест правой рукой

л – тест левой рукой

**Табель посещаемости секции «Школа мяча»**

таблица № 2

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И.  ребенка | сентябрь | | | | октябрь | | | | ноябрь | | | | декабрь | | | | уровни | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Приложение № 2**

таблица № 3

|  |  |
| --- | --- |
| **Игровые упражнения и задания с мячом для индивидуального выполнения**  (Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева) | |
| ***«Дотронься до мяча»***  Взрослый держит в руке небольшой мяч в сеточке. Ребёнку предлагают подпрыгнуть и дотронуться до мяча двумя руками. | ***«Прокати мяч в ворота»***  Прокатить мяч в одном направлении на расстояние 1-1.5 м в ворота шириной 50 см. Прокатив, ребёнок сам догоняет мяч. |
| ***«Прокати мяч»***  Ребенку предлагают прокатить большой мяч взрослому, находящемуся от него на расстоянии 1,5-2 м. Взрослый возвращает мяч ребёнку. Сначала ребёнок играет сидя на полу, затем стоя, наклоняясь для того, чтобы оттолкнуть мяч. Расстояние от взрослого до ребёнка постепенно увеличивают до 3-4 м. | ***«Мой весёлый звонкий мяч»***  Подражая мячу, дети подпрыгивают на двух ногах, а взрослый произносит слова из стихотворения С.Маршака «Мяч»:  *Мой весёлый, звонкий мяч,*  *Ты куда помчался вскачь?*  *Красный, жёлтый, голубой,*  *Не угнаться за тобой!* |
| ***«Брось дальше»***  Ребёнок бросает мяч, стоя на линии, начерченной на земле. На месте падения взрослый делает метку и предлагает бросить ещё дальше. | ***«Подбрось – поймай»***  Ребёнок бросает мяч вверх и ловит его. Взрослый считает, сколько раз малыш поймает мяч. |
| ***«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. | ***«Перебрось через верёвку»***  Ребёнок становится напротив верёвки, натянутой на высоте поднятой руки малыша. Расстояние от ребёнка до верёвки – не более 1,5 м. Ребёнок бросает мяч из-за головы двумя руками, стараясь перебросить его через верёвку, затем бежит за ним и снова бросает. |

таблица № 4

|  |  |
| --- | --- |
| **Коллективные подвижные игры и эстафеты с мячом** | |
| ***«Мяч водящему»***  Нужно провести две линии. Расстояние между ними 2-3 м. Играющие становятся друг за другом за первую линию. Напротив них, за другую линию, становится водящий. Он бросает мяч ребёнку, стоящему в колонне первым, а тот возвращает его водящему и перебегает в конец колонны. В это время вся колонна играющих подвигается вперёд и к исходной линии подходит следующий играющий. | ***«Передай мяч»***  Играющие распределяются на команды и выстраиваются в колонны. У игроков, стоящих первыми, в руках по одному большому мячу (диаметр 20-25 см). По сигналу воспитателя 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. |
| ***«Мяч в стену»***  Команды строятся в колонны на расстоянии 3 м от стены лицом к ней. По сигналу первые игроки бросают мяч о стену, ловят его после отскока от земли и передают следующим, а сами бегут каждый в конец своей колонны. | ***«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. |
| ***«Школа мяча»***  Играющие строятся в колонны, в руках у первых игроков по одному большому мячу. Перед каждой колонной положен обруч (диаметром 50 см). По сигналу воспитателя первый игрок ударяет мячом в обруч, ловит его двумя руками и передаёт следующему, а сам бежит в конец своей колонны. Когда первый в колонне окажется снова на своём месте, то, получив мяч, он поднимает его над головой. | ***«Проведи мяч»***  Играющие строятся в две колонны, у каждого в руках по одному мячу. Вдоль площадки параллельно друг другу, ставятся кубики (5-6 шт.) на расстоянии 1.5 м. По сигналу воспитателя первые игроки начинают ведение мяча между предметами. Как только они пройдут 2-3 предмета, в игру включаются следующие ребята. Каждый выполнивший задание встаёт в конец своей колонны. |
| ***«Охотники и утки»***  Играющие делятся на две команды охотников и уток. Утки становятся в середину круга, а охотники располагаются снаружи круга. Охотники перебрасывают мяч и стараются осалить им уток. Когда треть уток поймана, игра останавливается и дети меняются ролями. | ***«Не давай мяч водящему»***  В центре круга находятся 2-3 водящих. Стоящие вне круга перебрасывают мяч друг другу во всех направлениях, а водящие стараются до него дотронуться. Если кому-либо это удаётся, то он выходит из круга. А водящим становится тот, при броске которого был осален мяч. |
| ***«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 над ним. | ***«Сбей кеглю»***  Играющий становится за линию, в 2-3 м от которой находится кегля. Надо сбить её мячом. Мяч можно прокатывать, бросать или ударять ногой. |
| ***«Мяч через сетку»***  (элементы волейбола). | ***«Мяч в сетку»*** (элементы баскетбола). |

**Приложение № 3**

Мяч и речь Материал из книги: "Игры с мячом"

Т. А. Воробьева, О И Крупенчук

**КОМПЛЕКС «РАЗМИНКА»**

Мячик сильно посжимаю

И ладошку поменяю.

*Сжимать мячик право рукой, затем левой.*

«Здравствуй, мой любимый мячик!»

Скажет утром каждый пальчик.

*Удержать мяч указательным и большим пальцем, затем средним и большим, безымянным и большим, мизинцем и большим пальцем.*

Крепко мячик обнимает,

Никуда не выпускает.

*Крепко сжать мяч указательным и большим пальцем.*

Только брату отдает:

Брат у брата мяч берет.

*Передать мяч, удерживаемый большим и указат. пальцами, в соответствующие пальцы левой руки.*

Два козленка мяч бодали

И другим козлятам дали.

*Удерживать указательными пальцами пр. и лев.руки мяч. Затем средними пальцами и т.д.*

По столу круги катаю,

Из-под рук не выпускаю.

Взад-вперед его качу;

Вправо-влево — как хочу.

*Катать мяч ладошкой правой руки вправо-влево, назад – вперед.*

Танцевать умеет танец

На мяче мой каждый палец.

*Катать мяч кончиками пальцами правой руки: указательным, средним, безымянным и мизинцем*

Мячик пальцем разминаю,

Вдоль по пальцам мяч гоняю.

*Катать мяч всей длинной пальцев правой руки.*

Мячик мой не отдыхает —

Между пальцами гуляет.

*Удерживать мяч между указательным и средним пальцами, средним и безымянным пальцами, безымянным и мизинцем.*

Поиграю я в футбол

И забью в ладошку гол.

*Ладошками отбивать мяч*

Сверху левой, снизу правой

Я его катаю — браво.

*Левой ладошкой катать мяч по правой ладони.*

Поверну, а ты проверь —

Сверху правая теперь!

*Правой ладошкой катать мяч по левой ладони*

**КОМПЛЕКС «ФОКУСНИК»**

Ловко с мячиком играем

И предлоги называем.

За рукой и под рукой,

Из-под кисти — на покой.

*Прижать мяч большим пальцем правой руки к ладони. Затем правую руку повернуть ладонью вниз и удерживать мяч указательным и большим пальцем.*

Над рукою мяч кружит,

От нее теперь бежит.

*Правую руку держат ладонью вверх, мяч удерживать мизинцем и большим пальцами левой руки. И кружить мяч над ладонью правой руки. Затем двигать мяч по руке к локтю*

Между пальцев подержу

И в ладошку положу.

*Удерживать мяч между пальцами правой и левой руки. Положить на ладошку.*

Из руки его достану,

Справа, слева ставить стану.

*Левую руку держать ладонью вниз, указательным и большим пальцем правой руки держать мяч с правой стороны, затем с левой стороны ладони.*

Перед грудью пронесу,

Сзади спрячу, потрясу.

*Движения по тексту.*

Из-за спинки выну мячик,

Возле ног моих поскачет.

*Отбивать мяч попеременно правой и левой рукой.*

Подержу вверху, внизу,

Мимо носа пронесу

*Движения по тексту.*

Мяч снаружи, мяч внутри.

По руке качу — смотри!

Вдоль ладони, через палец

И вокруг запястья танец.

*Левую руку держать ладошкой вверх. Мяч, держа большим и безымянным пальцем правой руки, медленно вращать по ладони и вдоль запястья левой руки*

Мяч с одной рукой играет

И к другой перебегает.

*Расположить ладошки одна под другой. Мяч с одной ладони перепрыгивает на другую.*

Дружит мяч с моей рукой —

Вот я фокусник какой!