

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 25 комбинированного вида»

адрес: 623428, Россия, Свердловская область, г. Каменск-Уральский, ул. Кирова, дом 13
сайт: <http://dou25.obrku.ru>, email: det.sad.25@mail.ru

Принята
Педагогическим советом
Протокол
от 26.08.2026 г. № 2

Утверждена
приказом заведующего
Детским садом № 25
от 27.08.2026г. № 89-О

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«МЯЧ В ДВИЖЕНИИ»
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 4 ДО 7 ЛЕТ
СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ – 1 ГОД**

Составитель:
Коптева И.Д., инструктор по физической культуре

Содержание

Пояснительная записка	3
1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	4
1.1. Новизна, актуальность, целесообразность.	4
1.2. Отличительные особенности.	5
1.3. Организационно-педагогические условия, оснащение.....	5
Материально-технические условия.....	5
1.4. Планируемые результаты.....	6
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....	8
2.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка.....	8
2.2. Формы, способы, методы и средства реализации программы	8
2.3. Структура кружка «Мяч в движении»	9
2.4. Комплексно-тематическое планирование	9
Список литературы	20

Пояснительная записка

Физическое воспитание - одно из необходимых условий правильного развития детей. Приобщение к спорту с раннего детства дает человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, четкость и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы. Полноценное физическое развитие детей возможно лишь при комплексном использовании средств физического воспитания: природных факторов, гигиенических мероприятий и физических упражнений. Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают спортивные упражнения, а также элементы спортивных игр. Овладение всеми видами спортивных упражнений имеет важное значение для разносторонней физической подготовленности детей. Предлагаемая дополнительная образовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Веселый мяч» для детей дошкольного возраста направлена на физическое развитие детей, способствует совершенствованию физических качеств и общей физической подготовленности.

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Новизна, актуальность, целесообразность.

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. Известно, что здоровье ребенка формируется под воздействием целого комплекса факторов: биологических, экологических и др. Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, большое значение имеет двигательная активность - естественная потребность в движении, которая оказывает благоприятное воздействие на формирование организма. При недостатке ее возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям.

Достижение положительных результатов в воспитании здорового ребенка может быть отмечено в том случае, если за время пребывания его в детском саду будет осуществляться целенаправленная работа по формированию физической культуры и культуры здоровья. Чтобы удовлетворить потребность детей в двигательной активности в детском саду необходимо проводить дополнительные кружки по физическому развитию. С этой целью в нашем детском саду организован кружок

«Мяч в движении».

В системе физического воспитания дошкольников действия с мячом занимают важное место. Мяч – это снаряд, который требует повышенной ловкости и внимания. Игра с мячом требует определенного напряжения мыслительной деятельности детей: анализа ситуации, принятия решения, соответствующего обстановке, предвидение возможных действий противника. В играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых качеств детей. 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 усилия с расстоянием, развивают выразительность движения, пространственную ориентировку. В играх с мячом развиваются физические качества ребенка: быстрота, ловкость, выносливость, сила.

Включается в работу левая рука, что важно для полноценного физического развития ребенка. У детей дошкольного возраста еще слабо развита способность к точным движениям, поэтому любые действия с мячом оказывают положительное влияние на развитие этого качества. Упражнения с мячом различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение, что особенно важно для шестилетнего ребенка готовящегося к обучению в школе. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма.

Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

Программа «Мяч в движении» физкультурно – спортивной направленности, является ознакомленной. Она разработана для занятий с детьми дошкольного возраста 4-7 лет, при использовании новейших технологий на основе федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Цель, задачи дополнительной образовательной программы.

Основная цель программы «Мяч в движении» - обогащение двигательного опыта детей за счет усвоения разнообразных действий с мячом на достаточно высоком уровне.

Задачи программы дополнительного образования «Мяч в движении»: образовательные:

- Формировать устойчивый интерес детей к играм и физическим упражнениям с мячом.
- Научить детей владеть мячом на высоком уровне.
- Учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила.

развивающие:

- Развивать быстроту реакции, глазомер, координацию движений, крупную и мелкую моторику посредством игр и упражнений с мячом.
- Развивать психофизические качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость.
- Развивать умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.
- Развивать точность, координацию движений, двигательную реакцию детей.

воспитывающие:

- Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.
- Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.
- Воспитывать выдержку, уверенность и решительность.
- Формировать навыки здорового образа жизни.

1.2. Отличительные особенности.

Отличительной особенностью данной программы является систематизированная структура организации занятий; направлена на всестороннее развитие личности ребенка, его неповторимой индивидуальности. Программа представляет собой систему, которая позволяет научить ребенка свободно владеть мячом, передвигаться с ним по площадке в различных направлениях (согласно технике передвижения). Программа предусматривает как индивидуальное умение владения с мячом, так и взаимодействие в парах, тройках, пятерках. Способствует личной заинтересованности детей в самостоятельном совершенствовании своих результатов. Перспективное планирование обеспечивает освоение программного материала в определенной последовательности.

1.3. Организационно-педагогические условия, оснащение.

Материально-технические условия.

Занятия кружка «Мяч в движении» проводятся в спортивном зале, который оформлен в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудован в соответствии с санитарными нормами. Для проведения занятий используется следующее оборудование:

мячи малого и большого диаметра, обручи, конусы-ориентиры, сетка, стойки, баскетбольное кольцо.

Возрастные особенности детей.

Особенности физического развития детей 3-4 лет.

К четырём годам дети хорошо владеют в общих чертах всеми видами основных движений, возникает необходимость в двигательной импровизации, но они ещё не умеют соразмерять свои силы и возможности. Убедившись в трудности выполнения какого-либо упражнения, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий. Двигательная активность детей во многом обусловлена достаточно большим двигательным запасом и хорошей пространственной ориентировкой. Они стремятся к разным сочетаниям физкультурных пособий. Как чрезмерно подвижным, так и малоподвижным детям необходима помощь взрослого, который поможет показать разнообразные действия с пособиями: мячом, обручем, скакалкой и т.д. Важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Ребёнку трёх лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений.

Особенности физического и развития детей 4-5 лет.

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребёнка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях Особенности физического развития детей 5-6 лет.

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию морально-волевых и физических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений.

В старшем возрасте дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения (ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям).

Особенности физического развития детей 6-7 лет.

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самореализации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении задания. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. У детей формируется потребности заниматься физическими упражнениями, развивается самостоятельность.

1.4. Планируемые результаты.

1. Удовлетворение потребности детского организма в движениях;
2. Улучшение физической, психологической и интеллектуальной работоспособности детей дошкольного возраста;

3. Повышение уровня двигательной культуры на основе свободного владения игровыми действиями с мячом;

Умение:

- ✓ бросать мяч вверх и ловить его на месте и в движении;
- ✓ бросать мяч в пол и ловить его после отскока;
- ✓ отбивать одной рукой на месте и в движении;
- ✓ передавать мяч друг другу в разных направлениях и разными способами;
- ✓ перебрасывать мяч через веревку;
- ✓ перебрасывать мяч друг другу снизу, от груди, из-за головы;
- ✓ прокатывать мяч друг другу из и.п. сидя ноги врозь;
- ✓ прокатывать мяч в прямом направлении;

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка

- 1) Уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях.
- 2) Использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей).
- 3) Построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития.
- 4) Поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности.
- 6) Возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения.
- 7) Защита детей от всех форм физического и психического насилия.
- 8) Поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

2.2. Формы, способы, методы и средства реализации программы

Сроки реализации программы.

Дополнительная образовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Мяч в движении» рассчитана на учебный год с сентября по май.

Организация занятий.

Программа реализуется в ходе дополнительной образовательной деятельности и предусматривает 2 занятия в неделю в спортивном зале (с сентября по июнь).

Продолжительность занятий в средней -20 минут, старшей- 25 минут, в подготовительной к школе группе составляет 30 минут.

Форма обучения: специально организованные занятия; игровые упражнения.

Итогом детской деятельности могут служить физкультурные досуги, праздники, развлечения.

Методы, приемы обучения детей упражнениям и играм с мячом:

1. Показ образца с одновременным объяснением, выполнением действий и включением в них детей.
2. Пояснение и показ упражнений.
3. Повторение упражнения.
4. Использование схематичных изображений – алгоритмов выполнения упражнений;
5. Творческие задания.
6. Игровые и соревновательные задания.
7. Художественное слово: стихи, загадки.
8. Игры.

9. Подвижные игры и эстафеты.

2.3. Структура кружка «Мяч в движении»

1. Вводная часть: различные виды ходьбы и бега (в соответствии с возрастом детей).
2. Основная часть:
 - ✓ ОРУ.
 - ✓ обучение движениям с мячом.
 - ✓ подвижная игра.
3. Заключительная часть: м/п игра, релаксация.

2.4. Комплексно-тематическое планирование

Месяц	Недели	Содержание	Задачи
О К Т Я Б Р Ь	1	I. Ходьба и бег, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого диаметра. 1. Знакомство с мячом, комплекс ОРУ с мячом. 2. Передача мяча по кругу. III. П/и «Мой веселый звонкий мяч».	1. Обучить простым играм с мячом, развивать внимание. 1. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
	2	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого размера. 1. Броски мяча вперед снизу через веревку. 2. Броски мяча вперед из-за головы. III. П/и «Найди и промолчи»	1. Учить энергичному броску вперед снизу и из-за головы. 2. Учить принимать правильное и.п. в упражнениях с мячом. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.

3		I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого диаметра. 1. Броски мяча вверх и ловля его на месте (не менее 10 раз подряд). 2. Броски мяча об пол и ловля его после отскока на месте (не менее 10 раз подряд). 3. Прокатывание мяча 2-мя руками в прямом направлении в воротики. III. П/и «Жужа»	1. Закреплять умение правильно ловить мяч, не прижимая его к себе. 2. Упражнять в энергичном отталкивании мяча в прямом направлении. 3. Развивать глазомер. 4. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
---	--	---	---

	4	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого диаметра (упражнения в парах). 1. Перебрасывание мяча друг другу снизу. 2. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 3. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 4. Бросание мяча друг другу с отскоком от пола. III. П/и «У кого мяч?»	1. Закреплять умение ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру. 2. Развивать ловкость, координацию движений, глазомер. 4. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
Н О Я Б Р Ь	1	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого диаметра 1. Броски мяча вверх невысоко и ловля его на месте. 2. Броски мяча вперед снизу. 3. Прокатывание мяча в прямом направлении. III. П/и «Прокати и догони».	1. Учить бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно. 2. Учить принимать правильное и.п при броске мяча снизу и прокатывании в прямом направлении. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.

2	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого диаметра 1. Броски мяча вверх и ловля его на месте. 2. Броски мяча вперед из-за головы через веревку. 3. Прокатывание мяча в прямом направлении в воротики. III. П/и «Веселые мячи».	1. Закреплять умение ловить мяч, не прижимая его к себе. 2. Упражнять в энергичном броске из-за головы. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
3	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С малым мячом. 1. Броски мяча вверх и ловля его на месте (не менее 7 раз подряд). 2. Броски мяча об пол и ловля его после отскока на месте (не менее 7 раз подряд). 3. Броски мяча вверх 1-й рукой, ловля 2-мя руками (не менее 7 раз подряд). 4. Броски мяча об пол 1-й рукой, ловля 2-мя руками (не менее 7 раз подряд). III. П/и «Горячий камень».	1. Закреплять умение правильно ловить мяч, удерживать кистями рук. 2. Развивать, ловкость и глазомер. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.

4	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С малым мячом. 1. Броски мяча вверх с хлопком и ловля его на месте (не менее 15 раз подряд). 2. Броски мяча об пол с хлопком и ловля его после отскока на месте (не менее 15 раз подряд). 3. Броски мяча вверх и ловля его на месте 1-й рукой (не менее 5 раз подряд). 4. Броски мяча об пол и ловля его после отскока на месте (не менее 5 раз подряд). III. П/и «Салют».	1. Совершенствовать правильный прием мяча одной и двумя руками. 2. Развивать ловкость и глазомер. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
---	--	--

ДЕКАБРЬ	1	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С малым мячом. 1. Передача мяча по кругу. 2. Броски мяча вверх (без ловли). 3. Броски мяча вперед снизу 2-мя руками. 4. П/и «Мяч в кругу»	1. Учить передавать малый мяч по кругу, не роняя его. 2. Учить бросать мяч четко вверх. 3. Развивать внимание и ловкость. 4. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
	2	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С малым мячом. 1. Броски мяча вверх и ловля его на месте (2-мя руками). 2. Броски мяча вперед снизу 2-мя руками через веревку. 3. Броски мяча вперед снизу 1-й рукой. 4. П/и «Салют»	1. Закреплять умение правильно принимать мяч, не прижимая его к себе. 2. Развивать силу броска. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
	3	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ. II. С большим мячом. 1. Перебрасывание мяча друг другу снизу. 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Перебрасывание мяча друг другу от груди. III. П/и «Стоп».	1. Учить правильно принимать мяч, не прижимая его к себе, после отскока от стены. 2. Развивать ловкость, глазомер. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
	4	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного	1. Закреплять умение ловко принимать,

		занятия). II. С малым мячом (упражнения в парах). 1. Перебрасывание мяча друг другу снизу 2-мя руками. 2. Перебрасывание мяча друг другу снизу 1-й рукой, ловля 2-мя руками. 3. Бросание мяча друг другу с отскоком от пола (2-мя руками). 4. Бросание мяча друг другу с отскоком от пола 1-й рукой, ловля 2-мя руками. III. П/и «Горячий камень».	быстро и точно передавать мяч партнеру. 2. Развивать ловкость, координацию движений, глазомер. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
Я Н В А Р Ь	1	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ. II. С малым мячом. 1. Броски мяча вверх невысоко и ловля его на месте 2. Прокатывание мяча в прямом направлении. III. П/и «Мой веселый звонкий мяч»	1. Продолжать учить ловить мяч двумя руками. 2. Закреплять умение прокатывать мяч в заданном направлении. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
	2	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С малым мячом. 1. Броски мяча снизу 1-й рукой через веревку. 2. Броски мяча из-за головы 2-мя руками через веревку. 3. Броски мяча вперед от плеча 1-й рукой. III. П/и «Сбей кеглю»	1. Упражнять принимать Правильное и.п. при выполнении упражнения с мячом. 2. Развивать силу броска. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
	3	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого диаметра. 1. Броски мяча вверх с хлопком и ловля его на месте (не менее 10 раз подряд). 2. Броски мяча об пол с хлопком и ловля его после отскока на месте (не менее 10 раз подряд)	1. Упражнять в упражнениях с мячом. 2. Учить отбивать мяч на месте 2-мя руками. 3. Развивать внимание и быстроту реакции. 4. Формировать умение владеть мячом,

		3. Ведение мяча на месте 2-мя руками III.П/и «Веселый мяч»	контролировать мяч в движении.
	4	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого диаметра. 1. Броски мяча вверх с хлопком и ловля его в	1.Учить отбивать мяч по кругу 2-мя руками. 2.Учить отбивать мяч на месте 1-й рукой. 3.Формировать

		движении. 2. Броски мяча об пол с хлопком и ловля его после отскока в движении. 3. Ведение мяча на месте 1-й рукой. 4. Ведение мяча в движении 2-мя руками (по прямой) III.П/и «Пауки» (с большим мячом).	4.умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
Ф Е В Р А Л Ь	1	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого диаметра. 1. Броски мяча вверх невысоко и ловля его на месте. 2. Броски мяча в пол (без ловли). III. П/и «Колобки»	1.Продолжать учить ловить мяч, не прижимая его к себе. 2.Учить бросать мяч в пол. 3.Развивать ловкость, глазомер. 4.Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.

2	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого диаметра. 1. Броски мяча вверх и ловля его на месте. 2. Броски мяча в пол и ловля его после отскока на месте. 3. Прокатывание мяча в прямом направлении друг другу (упражнение в парах). III. П/и «Лови, бросай»	1. Совершенствовать правильный прием мяча. 2. Учить катать мяч в парах в заданном направлении. 3. Развивать ловкость и глазомер. 4. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
3	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого диаметра. 1. Броски мяча вверх и ловля его в движении. 2. Броски мяча об пол и ловля его после отскока в движении. 3. Ведение мяча 2-мя руками на месте 4. Ведение мяча 1-й рукой на месте. III. П/и «Передал - садись»	1. Закреплять умение ловить мяч 2-мя руками в движении. 2. Учить отбивать мяч на месте. 3. Учить управлять мячом, мягко отталкивая кистью 4. Развивать координацию движений 5. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.

4	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого диаметра. 1. Ведение мяча 2-мя руками по прямой. 2. Ведение мяча 2-мя руками между предметами. 3. Ведение мяча 1-й рукой на месте. 4. Ведение мяча 1-й рукой по прямой. III. П/и «Мяч водящему»	1. Совершенствовать навыки ведения мяча. 2. Учить управлять мячом, мягко отталкивая кистью 3. Развивать координационные способности, 4. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
---	--	--

М А Р Т	1	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого диаметра. 1. Прокатывание мяча в прямом направлении под веревкой. 2. Броски мяча вперед снизу через веревку. 3. Броски мяча об пол и ловля его после отскока. III. П/и «Найди и промолчи»	1. Закреплять умение ловить мяч 2-мя руками. 2. Развивать силу броска. 3. Учить ловить мяч после отскока от пола. 4. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
	2	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С мячом большого диаметра. 1. Броски мяча вверх с хлопком и ловля его на месте 2. Броски мяча об пол с хлопком и ловля его после отскока на месте. III. П/и «Колобки»	1. Учить ловить мяч с выполнением хлопка. 2. Развивать ловкость и координационные способности. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
	3	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С малым мячом. 1. Метание мяча в горизонтальную цель (корзина) 2. Метание мяча в вертикальную цель (большой обруч) 3. Броски мяча вверх с хлопком и ловля его на месте. 4. Броски мяча об пол с хлопком и ловля его после отскока на месте. III. П/и «У кого меньше мячей».	1. Упражнять в забрасывании мяча в корзину, мягкой ловле кистями рук. 2. Развивать глазомер, ловкость. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.

	4	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С малым мячом. 1. Метание мяча в горизонтальную цель (корзина). 2. Метание мяча в вертикальную цель (маленький обруч). 3. Броски мяча вверх и ловля его на месте (1-й рукой).	1. Упражнять в забрасывании мяча в корзину, мягкой ловле кистями рук 2. Развивать глазомер, ловкость. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
--	---	---	--

		4. Броски мяча об пол и ловля его после отскока на месте (1-й рукой). III. П/и «Охотники и звери».	
АПРЕЛЬ	1	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С малым мячом. 1. Броски мяча вверх невысоко и ловля его на месте 2. Броски мяча об пол и ловля его после отскока. 3. Броски мяча вперед снизу через веревку. III. П/и «Салют»	1. Закреплять умение правильно ловить мяч, не прижимая его к себе. 2. Развивать координационные способности, ловкость, глазомер 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
	2	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С малым мячом. 1. Броски мяча вверх с хлопком и ловля его на месте 2. Броски мяча об пол и ловля его после отскока. 3. Броски мяча вперед снизу 1-й рукой через веревку. III. П/и «Веселые мячики»	1. Закреплять умение бросать мяч и ловить его двумя руками одновременно 2. Развивать глазомер и координационные способности. 3. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.

	3	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С малым мячом (упражнения в парах). 1. Перебрасывание мяча друг другу снизу 2-мя руками. 2. Перебрасывание мяча друг другу с отскоком от пола (2-мя руками). 3. Перебрасывание мяча друг другу снизу 1-й рукой, ловля 2-мя руками. 4. Прокатывание мяча друг другу 2-мя руками из и. п: сидя, ноги врозь. III. П/и. «Веселый мяч»	1. Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами. 2. Учить ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру. 3. Закреплять умение видеть мяч, быстро реагировать на его полет 4. Формировать умение владеть
--	---	---	--

	4	I. Различные виды ходьбы и бега, ОРУ (пройденный материал физкультурного занятия). II. С малым мячом (упражнения в парах). 1. Перебрасывание мяча друг другу снизу 1-й рукой, ловля 1-й рукой. 2. Перебрасывание мяча друг другу 1-й рукой от плеча, ловля 1-й рукой. 3. Перебрасывание мяча друг другу с отскоком от пола 1-й рукой, ловля 1-й рукой. 4. Прокатывание мяча друг другу 1-й рукой из и. п: сидя, ноги врозь. III. П/и «Играй, играй, мяч не теряй».	1. Упражнять в перебрасывании мячей в парах различными способами. 2. Учить ловко принимать, быстро и точно передавать мяч партнеру. 3. Закреплять умение видеть мяч, быстро реагировать на его полет 4. Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.
М А Й	1	Физкультурный досуг «Мой веселый звонкий мяч».	1. Развивать ловкость, глазомер при выполнении упражнений с мячом. 2. Доставить детям удовольствие при выполнении физических упражнений.

	2	Физкультурный досуг «Путешествие в страну Кругляндию».	1.Повторить ранее разученные упражнения с мячом. 2.Развивать ловкость. 3.Воспитывать терпение и целеустремленность.
	3	Физкультурный досуг «Веселый мяч» (эстафеты с мячами).	1.Совершенствовать способности детей в упражнениях с мячом. 2.Развивать умение координировано выполнять различные упражнения с мячом. 3.Доставить детям чувство радости.
	4	Физкультурный досуг «В стране мячей» (эстафеты с мячами).	1.Совершенствовать умения и навыки владения мячом. 2.Развивать умение координировано выполнять различные упражнения с мячом. 3.Доставить детям чувство радости.
ИЮНЬ	1-4	Физкультурный досуг «Здравствуй, лето!» и занятия, закрепляющие ранее изученные детьми движения и др. ранее пройденный материал	1.Совершенствовать умения и навыки владения мячом. 2.Развивать умение координировано выполнять различные упражнения с мячом. 3.Доставить детям чувство радости.

Список литературы

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» [Текст]: Кн. для воспитателей дет. сада. / Э.Й. Адашкявичене. М.: Просвещение, 1992. 159с.
2. Ашмарина, Б.А. Теория и методики физического воспитания [Текст]: учеб. для студентов ффк / Б.А. Ашмарина.- М.: Просвещение, 1990.- с. 176-180.
3. Волошина, Л.Н. «Играйте на здоровье!» [Текст]: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет/Л.Н. Волошина. М.: АРКТИ, 2004. - 144с.
4. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» - издательство НЦ ЭНАС, 2004.
5. Николаева Н.И. Школа мяча [Текст]: учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений/Н.И. Николаева СПб. «Детство - Пресс», 2008.-96с.
6. Осокина Т.И. Физические упражнения и подвижные игры для дошкольников [Текст]:
/ Т.И. Осокина, Е.А Тимофеева.- Изд.2-е, доп., М., «Просвещение», 1971.-210с.
7. Филиппова 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.
9. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Упражнения и игры мячами: Метод. пособие. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2000