

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад «Сказка»**

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
МБДОУ «Сказка»  
Протокол от «30» августа 2024 г. № 1



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ «Сказка»  
Н. С. Стромилова  
Приказ № 129  
от «30» августа 2024г.

СОГЛАСОВАНА  
с учетом мнения совета родителей

**ПРОГРАММА**  
**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**Физкультурно-оздоровительной направленности**  
**«Летящий мяч»**  
срок реализации: 1 год

Автор программы: Ростовцева Наталья Владимировна

Черногорск, 2024г

## Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования инструктора по физической культуре (далее – Программа) разработана с целью организации образовательной деятельности с детьми групп общеразвивающей направленности 5 – 7 лет в МБДОУ «Сказка» (далее – Учреждение) в соответствии со статьёй 48 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г» № 273 – ФЗ.

Программа разработана в соответствии с действующими правовыми и нормативными документами в системе образования:

- Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ
- Приказ Мин. обр. науки РФ от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении ФГОС ДО»
- Приказ Мин. просвещения РФ от 31.07.2020 №373 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»
- Постановление от 28 сентября 2020г. №28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»
- Постановление от 20.01.2021 года №2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания».

Необходимость создания кружка «Летающий мяч» возникла по ряду причин:

- недостаточная двигательная активность детей в течение дня (особенно в холодный период)
- неумение детей выполнять элементарные движения: брать, давать, держать, бросать, ловить, передавать мяч;
- желание родителей видеть ребенка физически совершенным: развитым, здоровым, активным.

### Содержание образовательной программы

Занятия направлены на удовлетворение естественной потребности ребёнка в движении. В процессе у детей развивается интерес к различным видам и формам двигательной активности, формируется осознанное отношение к двигательной активности; они повышают эмоциональный тонус детей, позволяют раскрывать творческий потенциал каждого ребёнка, выявить и развить его интересы, а так же способствуют эмоциональной смене деятельности. Упражнения с мячами различного объема, структуры и формы развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, способствуют выработке хорошей осанки, а так же увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение, развивают координацию, глазомер, ритмичность, согласованность движений, быстроту, силу, ловкость. Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

**Рабочая программа предназначена для обучения игре в мяч детей 5 – 7 лет, рассчитана на 2 года обучения**

**Место проведения кружка** – спортивный зал МБДОУ, спортивная площадка.

**Материалы и оборудование, используемые на кружке:** мячи разных размеров, из разных материалов такие, как: футбольные, волейбольные, баскетбольные, теннисные, для метания, фитболы (хопы). Так же используются: набор для развития ловкости координации и меткости Gonge «Мягкий Тир» , обручи разных размеров, кегли, конусы, баскетбольные кольца, гимнастические скамейки, брёвна, купол для игр.

**Форма обучения** – специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

Количество детей в кружке: от 12 до 15 человек.

**Основная цель:** Создание условий для развитие физических возможностей детей в процессе ознакомления с элементами спортивных игр с мячом, вовлечение детей дошкольного возраста в мир спорта.

**Задачи кружка:**

- Способствовать устойчивому интересу к спортивным играм, упражнениям с мячом и получать эмоциональное удовлетворение от общения друг с другом и спортом.

- Формировать навыки и умения обращения с мячом: передача, ловля, ведения, бросков мяча в корзину, ударов по воротам и умение применять их в игровой ситуации.
- Способствовать повышению уровня физической подготовленности детей через развитие психофизических качеств.
- Развивать физические качества ребёнка: быстроту, ловкость, выносливость, силу, ориентацию, глазомер и быстроту реакции.

### **Значимые для разработки и реализации характеристики программы**

#### **Характеристика группы:**

В старшем возрасте навыки и умения работы с мячами совершенствуются. Разнообразнее и сложнее становятся упражнения в бросании и ловле мяча. Они должны уметь ловко принимать, непринужденно держать, быстро и точно передавать в разных направлениях. При ловле мяча двумя руками дети должны поставить перед собой такие задачи, как - погасить скорость летящего предмета и удержать его кистями рук. При ловле мяча чрезвычайно важно быть наготове, подойти к мячу на удобное расстояние: подойти вперед, отойти назад, сделать выпад или шаг в сторону, подпрыгнуть, присесть. В играх и упражнениях с мячом нужно приучать детей бросать друг другу мяч так, чтобы товарищу было удобно его поймать. Дети должны научиться подбрасывать и ловить мяч после отскока от земли, пола не менее 10 раз подряд. Задания для старшего возраста группы активно стимулируют проявление разных физических качеств.

Передавая мячи друг - другу или перебрасывая в разных положениях, дети действуют уверенно и ловко. На занятиях и в самостоятельных играх

у детей 5-7 лет совершенствуются и закрепляются навыки всех способов катания, бросания и ловли. Значительно улучшается владение мячом.

- Дети должны уметь перебрасывать друг другу мячи двумя руками снизу, от груди, сверху, а также двумя руками с отскоком от земли. Перебрасывание проводится не только в произвольном темпе, но и под счет. Дети упражняются в перебрасывании мяча и во время передвижения в парах, стоя на месте, из разных исходных положений, через сетку. Совершенствуются навыки ведения мяча правой и левой руками. Становится возможным ведение мяча на большой скорости, на значительном расстоянии (20-30 м), выполнение при этом дополнительных заданий. Например, ведя мяч, пробежать «змейкой» между расставленными кеглями, вести мяч и подпрыгивать. В результате упражнений движения ребенка становятся координированными, он овладевает умением управлять мячом, мягко отталкивая его кистью. Дети могут выполнять сложные точные движения с мячом, развивая ловкость: удары об стенку с заданиями, «Вперед с мячом», «Не теряй мяч», «Передай мяч», «Пройди с мячом». Далее дети начинают разучивать элементы спортивных игр с мячом: футбол, баскетбол, волейбол. Игры с мячом развивают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. После этого проводятся упражнения с элементами соревнования, которые требуют не только точности, но и быстроты выполнения: «Мяч с горки», «Прокати мяч», «Бросай мяч», «Чей мяч быстрее».

Продолжительность, планомерная последовательность, повторяемость занятий позволяет закреплять умения и навыки, а так же научить всех детей владеть мячом на достаточно высоком уровне. Она предусматривает как индивидуальное умение владения с мячом, так и действие в микрокомандах – парами, тройками, пятерками.

Принимая во внимание необходимость индивидуальной и коллективной работы с детьми, распределение программного материала можно считать примерным. Данная программа составлена с учетом особенностей развития детей старшего возраста.

### **Периодичность и продолжительность занятий**

<b>Физическое развитие</b>	<b>В неделю</b>	<b>Время</b>
Группа общеразвивающей направленности (с 5-до 7 лет)	1	30 мин.

**Календарно-тематический план работы по программе «Летающий мяч»  
Первый год обучения.**

Месяц	Неделя	Задачи	Игры и упражнения с мячом
Октябрь	<b>1 неделя</b> Прокатывание мяча одной рукой и двумя руками из разных положений между предметами» (ширина 9040см, длина 3-4м).	Формировать умение действовать с мячом, прокатывать его между предметами	Игра «мяч в цель»,  Игра «Будь внимательным».
		Закрепление умение действовать с мячом, одной и двумя руками.	Игра «Будь внимательным»  Игра «Мяч, стоп!».
	<b>2 неделя</b> Броски мяча вверх и ловля его на месте» не менее 10 раз подряд.	Учить детей бросать мяч вверх и ловить его. Совершенствовать навыки ловли мяча. Упражнять в умении выполнять задание по команде.	Игра «Красный, жёлтый, зелёный», игра «Пятнашки с мячом».
		Учить детей бросать мячи разными способами. Совершенствовать навыки ловли – передаче мяча	Игра «Пятнашки с мячом»
	<b>3 неделя</b> Подбрасывание мяча с хлопками и другими заданиями на месте».	Учить детей бросать мячи разными способами. Совершенствовать навыки ловли – передачи мяча на месте.	Игра «Стой!», «Охотники и утки»

		Закрепить умение детей бросать мячи с различными заданиями. Совершенствовать навыки ловли – передачи мяча. Упражнять в умении выполнять задание по команде.	Игра «Мяч на землю» Игра «Школа мяча» на месте.
	<b>4- неделя</b> Броски мяча вверх и ловля его в движении не менее 10 раз подряд.	Учить детей подбрасывать мяч двумя руками в движении, бросая мяч чуть вперед. Упражнять в умении выполнять задание в парах.	Игра «Подбрось не урони»
		Совершенствовать навыки подбрасывания мяча правой и левой руками. Упражнять в умении выполнять задание в парах.	Игра «Передавай, не роняй»
		Учить детей перебрасывать мячи из разных И.П.	Игра «Пронеси не урони»
		Упражнять в умении выполнять задание в парах и индивидуально.	Игра «Защита булавы»
Ноябрь	<b>1неделя</b> Подбрасывание с хлопками и другими заданиями в движении	Учить детей подбрасывать мяч с хлопками, поворотами, приседаниями на месте.	Игра «Снайперы», «Поймай мяч». Малоподвижная игра «Будь внимателен»
		Учить детей подбрасывать мяч, после отскока от земли кверху, ловить мяч двумя руками. Развивать глазомер, координацию движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения.	Игра «Попади в обруч» Игра «Поймай мяч» Малоподвижная игра «Мяч по кругу»

<p><b>2 неделя:</b> Броски мяча об пол и ловля двумя руками на месте не менее 10 раз подряд</p>	<p>Учить детей бросать об пол мяч из разных положений (сидя, стоя, лёжа). Способствовать развитию координации движений, ловкости, меткости.</p>	<p>Игра «Охотники и утки». Игра «Мяч водящему»</p>
	<p>Закреплять умение детей бросать мяч об пол из разных положений (сидя, стоя, лёжа), с разными заданиями. Способствовать развитию координации движений, ловкости, меткости.</p>	<p>Игра «Охотники и зайцы», игра «Не выпусти мяч из круга»</p>
<p><b>3 неделя:</b> Отбивание одной рукой на месте не менее 10 раз подряд».</p>	<p>Формировать ловкость действия с мячом, совершенствовать отбивание мяча на месте. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера.</p>	<p>Подвижная игра «Займи свободный круг»</p>
	<p>Формировать ловкость действия с мячом, действовать правой и левой рукой на месте, в разных исходных положениях. Способствовать развитию чувства равновесия и глазомера.</p>	<p>Подвижная игра «Выбей мяч из круга».</p>
<p><b>4 неделя</b> Броски мяча об пол и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд в движении</p>	<p>Совершенствовать броски мяча об пол в движении, ведение и броски мяча в корзину. Воспитывать смелость и решительность.</p>	<p>Игра «Скажи, какой цвет». Подвижная игра «Займи свободный кружок».</p>
	<p>Совершенствовать броски мяча об пол в движении, ведение и броски мяча в корзину, учить детей применять разные сочетания действий с мячом в игре. Воспитывать чувство коллективизма.</p>	<p>Игра «Обведи не урони». Подвижная игра «Пятнашки с мячом».</p>

		Формировать ловкость действия с мячом, совершенствовать умение перебрасывать мяч через сетку, отбивая его об пол. Учимся рассчитывать силу удара.	Игра «бол» через сетку. Проведение гимнастики для глаз «Следим за мячом»
--	--	---	---

Декабрь	<b>1 неделя</b> Отбивание правой и левой рукой в движении (расстояние 5-6 м)	«Здравствуй зимушка зима»	Учить детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения. Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости.	Подвижная игра «Мяч ловцу». Свободная игра с мячом на площадке.
		«Снеговик»	Учить детей вести мяч правой и левой рукой; по прямой, по извилистой траектории. Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости, мышлению. Укрепление опорно-двигательного аппарата.	Подвижная игра «Охотники и белки». Свободная игра с мячом на площадке.
	<b>2 неделя</b> Передача мяча друг другу и ловля мяча сидя и стоя, разными способами, в разных построениях	«Друг за другом»	Учить детей передавать мяч друг другу, ловить мяч сидя и стоя, разными способами, в разных построениях. Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости, мышлению. Укрепление сердечно-сосудистой системы при работе с мячом.	Соревнование «Кто быстрее» Подвижная игра «Охотники и белки». Свободная Игра с мячом на площадке.

		«Весёлая игра»	Учить детей вести мяч правой и левой рукой, по скамейке. Учить детей быстро реагировать на сигнал и ориентироваться в пространстве. Прививать умение работать совместно, чётко соблюдая правила.	Игра «Попади в хвост дракона» Подвижная игра «Охотники и белки».
	3 неделя Передача мяча стоя спиной разными способами, в разных построениях	«Поможем волку найти мячик»	Учить детей перебрасывать мяч правой и левой рукой, стоя спиной друг к другу. Учить детей работать в парах. Способствовать развитию чувства коллективизма, прививать умение работать совместно, чётко соблюдая правила.	Игра «Попади в хвост дракона». Подвижная игра «Защищай товарища»
			Совершенствовать броски мяча стоя спиной друг к другу из разных исходных положений, в корзину. Воспитывать смелость и решительность.	Игра «За мячом». Подвижная игра «Мяч ловцу». Эстафета бросков мяча в корзину.
	4 неделя «Перебрасывание мяча через сетку». ПОЛЕБОЛ		Учить детей перебрасывать мяч через сетку с расстояния 5-7 м. Развивать глазомер. Учить контролировать силу броска.	Соревнование «Кто точнее». Подвижная игра «Меткий удар»
		«Весёлый праздник новый год»	Учить детей работать с малым теннисным мячом и ракеткой. Отбивание мяча ракеткой стоя на месте. Развиваем координацию движений, согласованность действий.	Соревнования команд. «Самый меткий», « Кто быстрее», «Пингвины», «Попрыгунчики», «Мяч вверх». Игра «Мяч по кругу», игра «Пронеси не урони».

		«Попрыгунчик»	Закрепить умение детей работать с малым теннисным мячом и ракеткой. Развиваем координацию движений, согласованность действий.	Игра «Пронеси не сбей». Игра «Мяч по кругу».
Январь	<b>1 неделя</b> Прокатывание набивного мяча друг другу	«Забавы зимушки - зимы»	Учить детей работать с набивным мячом. Учить детей держать правильно мячик и выполнять дополнительные задания с мячом. Развиваем координацию движений, согласованность действий, внимание, быстроту реакции.	. Игра «Не пропусти мяч в ворота». Подвижная игра «Попади в круг».
		«Мы друзья»	Учить детей передавать набивной мяч в движении, упражнять в прокатывании набивного мяча; способствовать воспитанию выдержки, целеустремлённости.	Подвижная игра «Мяч в парах».
	<b>2 неделя</b> Прокатывание в ворота набивного мяча и друг другу	«Мячик, мячик выручай...»	Учить детей прокатывать набивной мяч друг другу из разных исходных положений, способствовать развитию координации движений. Воспитывать умение помогать друг другу.	Подвижная игра «Мяч ловцу». Свободная игра с мячом на площадке.

		«Защита крепости»	Совершенствовать умение прокатывать набивной мяч друг другу из разных исходных положений, способствовать развитию координации движений.	Игра «За мячом». Подвижная игра «Мяч ловцу». Эстафета бросков мяча в корзину.
	<b>3 неделя</b> Перебрасывание набивного мяча друг другу	«Сильные, смелые, ловкие»	Учить детей перебрасывать набивной мяч друг другу из разных исходных положений, Способствовать развитию координации движений, силы, укреплять мышцы рук.	Игра «Передавай, не роняй». Игра «Ловишки с мячом».
		«Круговая оборона»	Совершенствовать навыки перебрасывания и ловли набивного мяча друг другу из разных исходных положений. Учить защитным действиям, развивать внимание и ориентировку в пространстве.	Игра «Передавай, не роняй». Эстафета с передачей набивного мяча.
	<b>4 неделя</b> Забрасывание в баскетбольное кольцо	«Сказочный стадион»	Учить бросать мяч в кольцо, в корзину из положения стоя на коленях, сидя. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.	Игра «Сбей кеглю».
		«Путешествие в страну сказок»	Совершенствовать броски мяча в кольцо, в корзину из положения стоя на коленях, сидя. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.	Игра «Попади в кольцо».
		«Путешествие в страну сказок продолжается»	Совершенствовать броски мяча в даль до ориентира, в кольцо с расстояния 2-3 м. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений. Укрепляем мышцы рук и ног.	Игра «Попади в кольцо». Игра «Летающий мяч»

Февраль	<b>1неделя</b> Бросок мяча об стену и ловля его двумя руками	«Охотники»	Учить детей бросать и ловить мяч после отскока от стены из положений: мяч над головой, от груди мяч внизу.	Игра «Рыбы, птицы, звери». Игра «Мяч – соседу».
		«Самый шустрый зверь	Совершенствовать броски и ловлю мяча после отскока от стены из	Игра «Мяч вдогонку»
	<b>2неделя</b> Школа мяча у стенки	лесной»	положений: мяч над головой, от груди, мяч внизу. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.	
		«Пожарные на учении»	Закрепить знания детей по умениям и навыкам у стены. Воспитывать любовь к спорту и желание им заниматься	Игра малой подвижности «Мячик волнуется»
		«Загорелся кошкин дом»	Совершенствовать передачу, ловлю и броски мяча стоя у стены, учить детей выполнять разные задания при работе с мячом у стены. Развивать умение слушать и выполнять задания.	Игра «Скажи, какой цвет». Подвижная игра «Займи свободный кружок».
		«По следам Лошарика»	Закрепить знания детей по умениям и навыкам с теннисным мячом». Воспитывать любовь к спорту и	Игра малой подвижности «Сумей удержать»
	<b>3 неделя</b> «Летящий мяч» (с теннисным мячом)	«Лошарик»	Закрепить умения и навыки детей с теннисным мячом». Воспитывать усердие и любовь к спорту.	Игра малой подвижности «Мячик волнуется»
			желание им заниматься	

	<b>4-5 неделя</b> Ведение мяча двумя руками на месте и в движении	«Белые медведи»	Упражнять детей в разных действиях с мячом, формировать умения применять их в разных ситуациях, познакомить детей с элементами игры баскетбол. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве.	Повтор малоподвижной игры «Гонка мяча по кругу»
		«Просыпайся бурый мишка»	Упражнять детей в разных действиях с мячом в движении, формировать умения применять их в разных ситуациях. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве.	Повтор малоподвижной игры «Мяч над головой»
Март	<b>1 неделя</b> Подбрасывание мяча вверх двумя руками, поочередно правой и левой рукой, на месте и в движении	«Футболисты»	Приучать детей творчески применять действия с мячом, работать правой и левой рукой. Познакомить с правилами и элементами игры в футбол.	Игра «Догони мяч»
		«Светофор»	Совершенствовать навыки бросания и ловли мяча разными руками. Учить справляться с волнением, развивать внимание и ориентировку в пространстве.	«Прыжки с мячом»
	<b>2 неделя.</b> Закрепить умение детей ориентироваться	«Собачка»	Учить детей координировать действия с мячом между собой, размещаться по всей площадке, выйти на свободное место для получения мяча.	Игра «Мяч капитану». Малоподвижная игра «Гонка мячей по кругу».

	в пространстве и выбирать удобные позиции для паса	«Шарик с нами поиграй»	Формировать навыки точного выполнения правил игры в хоккей с мячом и ориентирования на площадке. Приучать детей помогать друг другу в игре.	Игра в хоккей с мячом. Малоподвижная игра «Мяч по кругу».
	<b>3 неделя</b> Закрепление навыков действий с мячом	«Ключи от страны Спортландии»	Учить детей выполнять различные действия с мячом, формировать умения применять их в разных игровых ситуациях, познакомить детей с элементами игры волейбол. Развивать двигательную активность и ориентировку в пространстве.	Игра «Стой!»
		«Мы жители Спортландии»	Развивать умение детей выполнять различные действия с мячом, формировать умения применять их в разных игровых ситуациях, познакомить детей с элементами игры волейбол. Развивать двигательную активность и ориентировку в пространстве.	Игра «Догони мяч»
	<b>4 неделя</b> Закрепление умений владеть мячом в движении.	«Придумай и покажи»	Формировать ловкость действия с мячом, совершенствовать ведения мяча в беге. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера.	Подвижная игра «Займи свободный круг»

		«Повтори движения»	Формировать ловкость действия с мячом, совершенствовать ведение мяча в беге с выполнением дополнительных заданий. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера.	Подвижная игра «Попрыгунчики», броски мяча в кольцо после ведения мяча. «Эстафета с мячами»
	<b>5 неделя</b> Формирование навыка в самостоятельной и коллективной деятельности играть с мячом»	«Я играю в мячик сам»	Формировать навыки самостоятельно и коллективно играть с мячом, видеть площадку, помогать друг другу в достижении общей цели игры.	Игра «Поймай мяч». Малоподвижная игра «Мяч соседу».
Апрель	<b>1 неделя</b> Закрепление навыков самостоятельной и коллективной игры с мячом	«Весна идёт, весне дорогу»	Формировать навыки самостоятельно и коллективно играть с мячом, видеть площадку, помогать друг другу в достижении общей цели игры.	Игра «Подними мяч» Игра в футбол. Малоподвижная игра «Мяч – соседу»
		«Наша дружная команда»	Мотивировать детей творчески подходить к действиям с мячом, выбирать более соответствующие способы их выполнения. Познакомить с правилами и элементами игры в баскетбол.	Эстафета с ведением мяча. Игра в баскетбол. Игра «Лови - не лови»

	<b>2 неделя</b> Закрепление навыков владения мячом в движении и ориентирования на площадке.	«Собери весенние цветы в корзину»	Формировать навыки выполнения элементов игры в баскетбол и ориентирования на площадке. Приучать детей помогать друг другу в игре.	Малоподвижная игра «Гонка мяча по кругу».
		«Мяч в кольцо»	Формировать навыки выполнения правил элементов игры в баскетбол и ориентирования на площадке. Приучать детей помогать друг другу в игре.	«Мяч на простыне» Малоподвижная игра «Съедобное, несъедобное».
	<b>3 неделя</b> «Контрольные	«Тяжеловоз»	Проверка овладения знаниями и умениями «Школы мяча» с	Игра «Четыре стихии» Малоподвижная игра
	задания с набивными мячами».		набивными мячами	«Гонка мяча по кругу».
		«Разгрузка вагонов»	Проверка овладения знаниями и умениями с набивными мячами	Игра «Четыре стихии» Игра со словами «Мой весёлый звонкий мяч»
	<b>4 -5неделя</b> «Контрольные задания с теннисными	«Жонглёры»	Проверка овладения знаниями и умениями «Школы мяча» с теннисными мячами.	«Лови - не лови»

	мячами» задания с малыми мячами».	«Канатоходцы»	Проверка овладения знаниями и умениями с теннисными мячами.	Игра «Мяч вдогонку»
Май	<b>1 неделя</b> Контрольные задания	«Хоккей на траве»	Выявить умения и навыки детей по умению выполнять задания с мячами	Игра «Мяч на лопатке»
		«Мы профессионалы»	Выявить умения и навыки детей по умению выполнять задания с мячами «Школа мяча»	Игра «Сумей удержать»
	<b>2 неделя</b> Контрольные занятия с мячами у стены».	«Кто стучится в дверь ко мне?»	Выявить умения и навыки детей выполнять задания с мячами у стены.	Игра «Встречный бой»
		«Физкультура, ура!»	Выявить умения и навыки детей выполнять задания у стены.	Игра «Дракон»

	<b>3 неделя</b> Контрольные занятия по закреплению элементов игры в волейбол.	«Борьба за лучший мяч»	Закрепление элементов игры в волейбол. Отбиваем, подаём.	Игра «Выбей мяч из круга»
			Закрепление правил игры в волейбол. Принимаем, отбиваем.	Игра «Эстафета с передачей мяча»
	<b>4 неделя</b> Контрольные занятия по	«Футбольный мяч»	Закрепление правил игры в футбол.	Игра «Мячом в цель»
	закреплению элементов игры в футбол и хоккей с мячом.		Закрепление правил игры в хоккей с мячом.	Игра «Мячом в цель»

**Календарно-тематический план работы  
по программе «Летающий мяч»  
Второй год обучения.**

Месяц	Неделя	Тема занятия	Задачи	Игры и упражнения с мячом
Октябрь	<b>1 неделя</b> Броски мяча вверх, об землю и ловля его двумя руками»	«В гости к клоуну»	Формировать умение действовать с мячом, реагировать на сигнал	Игра «Играй, играй, мяч не теряй»,  Игра «Будь внимательным».
		«На арене цирка»	Закрепление умение действовать с мячом, реагировать на сигнал.	Игра «Будь внимательным»  Игра «Мяч, стоп!».
	<b>2 неделя</b> Перебрасывани е набивных мячей разными способами (снизу, от груди, из-за головы)	«Силачи»	Учить детей бросать набивные мячи разными способами. Совершенствовать навыки ловли – передачи мяча. Упражнять в умении выполнять задание по команде.	Игра «Красный, жёлтый, зелёный» «Школа мяча» у стены. Игра «Пятнашки с мячом».

		«Самый сильный»	Учить детей бросать набивные мячи разными способами. Совершенствовать навыки ловли – передачи мяча. Упражнять в умении выполнять задание по команде.	«Школа мяча» у стены. Бросить мяч в стену из положения снизу, от груди, вверху, хлопнуть в ладоши за спиной поймать мяч, повернуться кругом и поймать мяч. Игра «Пятнашки с мячом».
<b>3 неделя</b> «Летящий мяч».		«Собираем урожай»	Учить детей бросать набивные мячи разными способами. Совершенствовать навыки ловли – передачи мяча. Упражнять в умении выполнять задание по команде.	
		«Едет с поля урожай»	Закрепить умение детей бросать набивные мячи разными способами. Совершенствовать навыки ловли – передачи мяча. Упражнять в умении выполнять задание по команде.	Игра «Мяч на землю»  Игра «Школа мяча» у стены. -
<b>4 неделя</b> Прокатывание		«Собираем фрукты»	Учить детей прокатывать набивные мячи разными способами. Совершенствовать навыки прокатывания мяча.  Упражнять в умении выполнять задание в парах.	Игра «Перекати мяч»
	набивных мячей из разных исходных положений			

	(стоя, сидя). <b>5 неделя</b> Перебрасывание набивных мячей из разных исходных положений (стоя, сидя, стоя на коленях).	«Мы собрали урожай»	Учить детей прокатывать набивные мячи разными способами. Совершенствовать навыки прокатывания мяча. Упражнять в умении выполнять задание в парах.	Игра «Перекажи мяч головой»
		«Птицы в стаи собирайтесь»	Учить детей перебрасывать набивные мячи находясь в разных исходных положениях. Совершенствовать навыки работы с набивными мячами. Упражнять в умении выполнять задание в парах и индивидуально.	Игра «Пронеси не урони». Игра «Защита булав»
Ноябрь	<b>1 неделя</b> Перебрасывание мяча снизу, от груди, с отскоком от земли веру двумя руками, от плеча одной рукой (расстояние 3-4м).	«На болоте цапли»	Учить детей перебрасывать мяч снизу, от груди, развивать ловкость и координацию движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения.	Игра «Снайперы» , «Поймай мяч» Малоподвижная игра «Будь внимателен»
		«Осень золото роняет»	Учить детей перебрасывать мяч с отскоком от земли веру двумя руками, от плеча одной рукой (расстояние 3-4м). Развивать глазомер, координацию	Игра «Кто дальше бросит мяч», Игра «Попади в обруч» Игра «Поймай мяч» Малоподвижная игра «Мяч по

			движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения.	кругу»
<b>2 неделя</b> Перебрасывание из разных положений (сидя, стоя, лёжа).	«Падают листочки»	Учить детей перебрасывать мяч из разных положений (сидя, стоя, лёжа). Способствовать развитию координации движений, ловкости, меткости.	Игра «Охотники и утки» Игра «Мяч через сетку» Игра «Мяч водящему»	
	«Соберу букет из листьев»	Закреплять умение детей перебрасывать мяч из разных положений (сидя, стоя, лёжа). Способствовать развитию координации движений, ловкости, меткости.	Игра «Охотники и утки», игра «Не выпусти мяч из круга». Игра «Мяч через сетку». Игра «Лови не урони»	
<b>3 неделя</b> Перебрасывание мячей друг другу во время ходьбы	«До свиданье осень»	Формировать ловкость действия с мячом, совершенствовать ведение мяча в беге. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера.	Подвижная игра «Займи свободный круг».	
	«В гости к старичку – лесовичку»	Формировать ловкость действия с мячом, совершенствовать передачу мяча в ходьбе. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера.	Подвижная игра «Выбей мяч из круга»	

<p><b>4 неделя</b> Перебрасывание мячей друг другу во время бега.</p>	<p>«Кенгуру»</p>	<p>Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, учить детей применять разные сочетания действий с мячом в игре. Воспитывать смелость и решительность.</p>	<p>Игра «Скажи, какой цвет». Подвижная игра «Займи свободный кружок».</p>
	<p>«Заяц серый, где ты был?»</p>	<p>Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, учить детей применять разные сочетания действий с мячом в игре. Воспитывать смелость и решительность.</p>	<p>Игра «Обведи не урони». Подвижная игра «Пятнашки с мячом»</p>
<p><b>5 неделя</b> Перебрасывание через сетку.</p>	<p>Спортивная игра «Полебол»</p>	<p>Формировать ловкость действия с мячом, совершенствовать умение перебрасывать мяч через сетку. Разучиваем элементы игры в волейбол.  Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера. Учимся рассчитывать силу удара и броска.</p>	<p>Игра «пионербол» через сетку.  Проведение гимнастики для глаз  «Следим за мячом»</p>

Декабрь	<p><b>1 неделя.</b></p> <p>Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую.</p>	«Мы туристы»	Учить детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения. Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости.	Подвижная игра «Мяч ловцу» Свободная игра с мячом на площадке.
		«Загорелся кошкин дом»	Учить детей вести мяч правой и левой рукой, по прямой, извилистой траектории. Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости, мышлению. Укрепление опорно-двигательного аппарата.	Подвижная игра «Охотники и белки». Свободная игра с мячом на площадке.
	<p><b>2 неделя</b></p> <p>Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в движении.</p>	«Лошарик»	Учить детей отбивать мяч об землю двумя руками, продвигаясь на расстоянии 6-8 м. Отбивание мяча об землю одной рукой, продвигаясь вперёд в прямом направлении. Отбивание мяча об землю, двигаясь «змейкой». Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости, мышлению. Укрепление сердечно сосудистой системы при работе с мячом .	Соревнование «Кто быстрее» Подвижная игра «Охотники и белки». Свободная игра с мячом на площадке

		«По следам Лошарика»	Учить детей вести мяч правой и левой рукой, по скамейке, между препятствиями. Учить детей быстро реагировать на сигнал и ориентироваться в пространстве. Способствовать развитию чувства коллективизма, прививать умение работать совместно, чётко соблюдая правила.	Игра «Попади в хвост дракона» «Школа мяча» у стены. Подвижная игра «Охотники и белки».
<b>3 неделя</b> Отбивание теннисного мяча на месте не менее 10 раз одной рукой.		«Белые медведи»	Учить детей вести мяч правой и левой рукой, по скамейке, между препятствиями. Учить детей быстро реагировать на сигнал и ориентироваться в пространстве. Способствовать развитию чувства коллективизма, прививать умение работать совместно, чётко соблюдая правила.	Подвижная игра «Защищай товарища».
		«Здравствуй зимушка зима»	Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, учить детей применять разные сочетания действий с мячом в игре. Воспитывать смелость и решительность.	Игра «За мячом». Подвижная игра «Мяч ловцу». Эстафета бросков мяча в корзину.

	<b>4 неделя</b> Отбивание мяча в движении по кругу.	«Друг за другом»	Учить детей отбивать мяч об землю двумя руками, продвигаясь на расстоянии 6-8 м. Отбивание мяча об землю, двигаясь «змейкой». Способствовать развитию ориентировки в пространстве, ловкости, мышлению.	Соревнование «Кто быстрее».  Подвижная игра «Меткий удар»  Игра в футбол.
		«Снеговик»	Учить детей работать с малым теннисным мячом и ракеткой. Учить детей удерживать мячик на ракетке. Отбивание мяча ракеткой стоя на месте. Развиваем координацию движений, согласованность действий.	Игра «Пронеси не урони». Соревнование в командах «Кто быстрее. Соревнования команд «Самый меткий», «Кто быстрее», «Пингвины», «Попрыгунчики», «Мяч вверху». Игра «Мяч по кругу»
Январь	<b>1неделя</b> Ведение мяча с дополнительными заданиями (поворотами)	«Поможем волку найти мячик»	Учить детей работать с малым мячом. Учить детей держать правильно мячик и выполнять дополнительные задания с мячом. Обучение элементам игры в хоккей с мячом. Развиваем координацию движений, согласованность действий, внимание, быстроту реакции.	. Игра «Не пропусти мяч в ворота». Подвижная игра «Попади в круг».

		«Весёлая игра»	Учить детей передавать мяч в движении, упражнять в ведении мяча; способствовать воспитанию выдержки, смелости, развитию глазомера.	Подвижная игра «Ведение мяча парами».
	<b>2 неделя</b> Ведение мяча, продвигаясь бегом.	«Забавы зимушки - зимы»	Учить детей сочетать передачу и ведение мяча, способствовать развитию координации движений. Воспитывать умение помогать друг другу.	Подвижная игра «Мяч ловцу». Свободная игра с мячом на площадке
		«Мы друзья»	Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, учить детей применять разные сочетания действий с мячом в игре.	Игра «За мячом», Подвижная игра «Мяч ловцу». Эстафета бросков мяча в корзину.
			Воспитывать смелость и решительность.	
	<b>3 неделя</b> Ведение мяча прыжками.	«Мячик, мячик выручай...»	Закреплять навыки передачи, ловли и ведения мяча, упражнять детей в разных действиях. Способствовать развитию координации движений и ловкости, учить совместно играть. Быстро реагировать на зрительные сигналы.	Игра «Успей поймать». Игра «Ловишки с мячом».

		«Защита крепости»	Совершенствовать навыки бросания и ловли мяча. Учить защитным действиям, развивать внимание и ориентировку в пространстве.	Эстафета с ведением мяча.
	<b>4 неделя</b> Бросание мяча в цель из положения стоя на коленях, сидя.	«Сильные, смелые, ловкие»	Совершенствовать передачу и ловлю мяча, учить бросать мяч в корзину из положения стоя на коленях, сидя. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.	Игра «Сбей кеглю».
		«Круговая оборона»	Совершенствовать передачу и ловлю мяча, учить бросать мяч в корзину из положения стоя на коленях, сидя. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.	Игра «Попади в кольцо».
Февраль	<b>1 неделя</b>	«Сказочный стадион»	Формировать умение действовать с мячом, реагировать на сигнал. Забивать мяч в баскетбольное кольцо. Учить детей действовать командой	Игра «Рыбы, птицы, звери». Игра «Мяч – соседу».

		«Путешествие в страну сказок»	Совершенствовать передачу и ловлю мяча, учит бросать мяч в корзину. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.	Игра «Мяч вдогонку»
	<b>2 неделя</b> «Летящий мяч» у стенки.	«В стране сказок»	Закрепить знания детей по умениям и навыкам. Воспитывать любовь к спорту и желание им заниматься	Игра малой подвижности «Мячик волнуется»
		«Охотники»	Совершенствовать передачу, ловлю, ведение и броски мяча в корзину, учить детей применять разные сочетания действий с мячом в игре. Воспитывать смелость и решительность.	Игра «Скажи, какой цвет». Подвижная игра «Займи свободный кружок».
	<b>3 неделя</b> «Школа мяча» (с теннисным мячом)	«Самый шустрый зверь лесной»	Закрепить навыкам с теннисным мячом». Воспитывать любовь к спорту и желание им заниматься	Игра малой подвижности «Мячик волнуется»
		«Пожарные на учении»	Закреплять умения и навыки с теннисным мячом». Воспитывать любовь к спорту и желание им заниматься	Игра малой подвижности «Сумей удержать»

	<b>4 неделя</b> Бросить мяч правой, а потом левой	«Загорелся кошкин дом»	Упражнять детей в разных действиях с мячом,	Учебная игра в баскетбол. Повтор малоподвижной игры
	рукой об пол и оба раза поймать его обеими руками.		формировать умения применять их в разных ситуациях, познакомить детей с игрой в баскетбол. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве.	«Гонка мяча по кругу».
		«По следам Лошарика»	Упражнять детей в разных действиях с мячом, формировать умения применять их в разных ситуациях, познакомить детей с игрой в баскетбол. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве.	Учебная игра в баскетбол. Повтор малоподвижной игры «Мяч над головой»
Март	<b>1 неделя</b> Бросить мяч вверх, дать ему удариться об землю и поймать после отскока. Два раза	«Просыпайся бурый мишка»	Приучать детей и творчески применять действия с мячом, выбирать более соответствующие способы их выполнения. Познакомить с правилами игры в футбол.	Игра в футбол. Игра «Догони мяч»

	ловить обеими руками, по одному разу правой и левой.	«Светофор»	Совершенствовать навыки бросания и ловли мяча. Учить справляться с волнением, развивать внимание и ориентировку в пространстве.	«Прыжки с мячом»
<b>2 неделя.</b> Закрепить умение детей ориентироваться в пространстве и выбирать удобные позиции для паса.		«Собачка»	Учить детей умению координировать действия с мячом между собой, размещаться по всей площадке, выйти на свободное место для получения мяча.	Игра «Мяч капитану». Малоподвижная игра «Гонка мячей по кругу».
		«Шарик с нами поиграй»	Формировать навыки точного выполнения правил игры в хоккей с мячом и ориентирования на площадке. Приучать детей помогать друг другу в игре.	Игра в хоккей с мячом. Малоподвижная игра «Мяча по кругу».
		«Мы жители Спортландии»	Упражнять детей в разных действиях с мячом, формировать умения применять их в разных ситуациях, познакомить детей	Учебная игра в волейбол. Игра «Догони мяч»
			с игрой в волейбол. Развивать двигательную реакцию и ориентировку в пространстве.	

	<b>4 неделя</b> Закрепление умений владеть мячом в движении	«Придумай и покажи»	Формировать ловкость действия с мячом, совершенствовать ведения мяча в беге. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера.	Подвижная игра «Займи свободный круг».
		«Повтори движения»	Формировать ловкость действия с мячом, совершенствовать ведения мяча в беге. Способствовать воспитанию выдержки, развитию чувства равновесия и глазомера.	Подвижная игра «Попрыгунчики», броски мяча в кольцо после ведения мяча. «Эстафета с мячами»
Апрель	<b>1 неделя</b> Закрепление навыков самостоятельной и коллективной игры с мячом	«Весна идёт, весне дорогу»	Формировать навыки самостоятельно и коллективно играть с мячом, видеть площадку, помогать друг другу в достижении общей цели игры.	Игра «Подними мяч» Игра в футбол. Малоподвижная игра «Мяч – соседу»
		«Наша дружная команда»	Приучать детей и творчески применять действия с мячом, выбирать более соответствующие способы их выполнения. Познакомить с правилами игры в баскетбол.	Эстафета с ведением мяча. Игра в баскетбол. Игра «Лови - не лови»
	<b>2неделя</b> Закрепление навыков точного выполнения правил игры в	«Сбор весенних цветов»	Формировать навыки точного выполнения правил игры в баскетбол и ориентирования на площадке. Приучать детей помогать друг другу в игре.	Игра в баскетбол. Малоподвижная игра «Гонка мяча по кругу».

	баскетбол и ориентирования на площадке.			
		«Мяч в кольцо»	Формировать навыки точного выполнения правил игры в баскетбол и ориентирования на площадке. Приучать детей помогать друг другу в игре.	«Мяч на парашюте» Малоподвижная игра «Съедобное, несъедобное».
	<b>3 неделя</b> Контрольные занятия с набивными мячами	«Тяжеловоз»	Проверка овладения знаниями и умениями с набивными мячами	Игра «Четыре стихии» Малоподвижная  Игра «Гонка мяча по кругу».
		«Разгрузка вагонов»	Проверка овладения знаниями и умениями с набивными мячами	Игра «Четыре стихии» Игра со словами- «Мой весёлый звонкий мяч»
	<b>4 неделя</b> Контрольные занятия с теннисными мячами	«Жонглёры»	Овладения знаниями и умениями с теннисными мячами	«Лови - не лови»
		«Канатоходцы»	Проверка овладения знаниями и умениями с теннисными мячами	Игра «Мяч вдогонку»

	<b>5 неделя</b> Контрольные занятия с мячами	«Жонглёры в цирке»	Выявить умения и навыки детей по умению выполнять задания с мячами	Игра «Рыбы, птицы, звери»
Май	<b>1 неделя</b> Контрольные занятия	«Мы профессионалы»	Выявить умения и навыки детей по умению выполнять задания с мячами	Игра «Мяч на лопатке»
		«Кто стучится в дверь ко мне?»	Выявить умения и навыки детей по умению выполнять задания с мячами «Летающий мяч»	Игра «Сумей удержать»
	<b>2 неделя</b> Контрольные занятия с мячами у стены.	«Физкультура, ура!»	«Летающий мяч» у стены.	Игра «Встречный бой»
		«Борьба за лучший мяч»	«Летающий мяч» у стены.	Игра «Дракон»
	<b>3 неделя</b> Контрольные занятия игры в «Полебол».	«Волейбольный мяч»	Закрепление правил игры в «Полебол»	Игра в волейбол. «Выбей мяч из круга»
		«Мы играем в Полебол»	Закрепление правил игры	Эстафета с передачей мяча
	<b>4 неделя</b> Контрольные	«Футболисты»	Закрепление правил игры в	Игра в футбол.
задания игры в футбол хоккей с мячом.			футбол.	Игра «Мячом в цель»
		«Хоккей на траве»	Закрепление правил игры в хоккей с мячом.	Игра в хоккей с мячом. Игра «Мячом в цель»

Литература:

- Н.И. Николаева, Школа мяча: учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012.
- Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина, Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет, часть 1. Программа «Старт» - М., «Владос», 2004.
- Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина, Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет, часть 2. Программа «Старт» - М., «Владос», 2004.
- Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина, Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет, часть 3. Программа «Старт» - М., «Владос», 2004.
- О.Н. Козак, Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет: СПб.: «Издательство союз» 2000.