



**Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 444» (МБДОУ «Детский сад № 444»)**

Принята

на Педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад № 444»
протокол от 30.08.2023 № 4

Утверждена

приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад № 444»
от 30.08.2023 № 144-од

**Дополнительная общеобразовательная программа
«Веселый мяч»
(для детей 3-го года жизни)
срок реализации – 7 месяцев**

Автор программы:
инструктор по физкультуре
Темаева Ю.А.

город Нижний Новгород
2023 год

Содержание

1.	Пояснительная записка	стр. 1
2.	Промежуточная аттестация	стр. 3
3.	Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной программы	стр. 3
4.	Учебный план	стр. 4
5.	Календарный план	Стр. 5
6.	Рабочая программа	стр. 5
7.	Материально-техническое обеспечение	Стр. 17
8.	Методические материалы	стр. 17

1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная программа «Веселый мяч» разработана (далее – Программа) в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 № 629 об утверждении «Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242);
- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Направленность программы – физкультурно-спортивная

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 детского организма. Оптимальный объем развития двигательных качеств — одно из условий сохранения и укрепления здоровья детей раннего возраста.

Важное место в системе физического воспитания детей раннего возраста занимают действия с мячом. Мяч по популярности занимает первое место в царстве детской игры. Дети очень любят играть с мячами, особенно с яркими, прыгучими и ловкими. Он, как магнит, притягивает к себе детей. Необходимо как можно раньше дать ребенку мяч в руки, научить ребенка действовать и играть с мячом.

Занятия положительно влияют на:

- развитие физических качества: быстроту, прыгучесть, силу, ловкость, благотворно влияют на работоспособность ребенка;
- игры с мячами различного веса и объема увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей рук;
- при ловле и бросании мяча, ребенок действует обеими руками – это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы: силы, подвижности, уравновешенности. Особенно большое значение придается возникновению радостных эмоций;
- игры и упражнения с мячом развивают ориентировку в пространстве, регулируют силу и точность броска, развивают глазомер, ловкость, быстроту реакции;
- нормализуют эмоционально-волевую сферу, что особенно важно как для малоподвижных, так и для гиперактивных детей;
- игры с мячом развивают мышечную силу, усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ.

Актуальность программы состоит в том, что в последние годы отмечается снижение двигательной активности детей в общем режиме дня. Это отрицательно сказывается на формировании всех систем и понижает защитные силы детского организма. Заметно возросло количество физически ослабленных детей.

Кроме того, не все родители имеют возможность предоставить своим малышам достаточно времени, места и необходимого оборудования для правильного физического развития, а некоторые родители чрезмерно увлекаются интеллектуальным развитием своего ребёнка.

Поэтому так важен оптимальный двигательный режим, в котором бы удовлетворялась естественная и достаточная потребность ребенка раннего возраста в движении.

Новизной и отличительной особенностью программы является создание социальной ситуации для поддержания стремления ребёнка осваивать различные виды игровых упражнений с мячом и использовать их самостоятельно.

Для обогащения двигательного и сенсорного опыта детей предлагаются мячи, разнообразные по размеру (маленькие, средние, большие), материалу (резиновые, тканевые, вязаные), фактуре (гладкие, шершавые, «ежики»), весу и цвету.

Использование разнообразных игр и игровых упражнений с разными видами мячей будет способствовать развитию самостоятельной двигательной деятельности детей раннего возраста.

Цель Программы: способствовать полноценному физическому, психическому социальному развитию ребенка раннего возраста в процессе освоения двигательного опыта в играх и упражнениях с разными видами мячей.

Образовательные задачи.

Обучающие задачи:

- формировать двигательные умения (ходьба, бег, лазание, бросание, ловля и др.) с использованием двигательных действий с мячом;
- обогащать и разнообразить двигательный опыт ребенка, инициировать бросание мяча об пол двумя руками; способствовать освоению техники катания мяча, бега за ним;
- закреплять умение закатывать маленький мяч в обруч, бросать одной рукой вдаль, бросать мяч двумя руками об пол, катать в парах, прокатывать с горки;
- катать маленький мяч вокруг большого одной рукой;
- бросать маленький мяч одной рукой в цель (цель - большой мяч); выполнять игровые упражнения с фитнес – мячами;
- поощрять и стимулировать двигательную активность детей;
- помочь детям узнать на собственном чувственном опыте свойства мяча.

Развивающие задачи:

- содействовать развитию быстроты, ловкости, координации движений, выносливости;
- развивать ориентировку в пространстве в играх с мячом;
- развивать чувство формы, цвета, величины, фактуры, веса и др. на основе представлений о сенсорных свойствах мячей и других игровых атрибутов;
- развивать внимание, память, мышление, восприятие, воображение.

Воспитательные задачи:

- воспитывать позитивное отношение к играм с мячом; интерес к действиям с мячом;
- воспитывать умение действовать в коллективе сверстников; поддерживать интерес к двигательной деятельности с нетрадиционным оборудованием (вязаные, тряпочные, пластмассовые мячи);
- воспитывать потребность в самостоятельной деятельности с мячами;
- воспитывать умение действовать по правилам, играть в детском коллективе, произвольное поведение.

Оздоровительные задачи:

- повышать функциональные возможности организма ребёнка, укреплять опорно – двигательный аппарат;
- создавать условия для гармоничного психического развития каждого ребёнка;
- формировать навыки безопасного поведения в играх с мячами;
- обеспечить психоэмоциональный комфорт каждого ребёнка в двигательной - игровой деятельности.

Планируемые результаты освоения программы.

К концу третьего года жизни ребенок:

- выполняет основные виды движений с мячом (катание, бросание, ловля); развиты основные моторные действия;
- владеет игровыми упражнениями с мячом;
- может самостоятельно выбрать мяч и вид двигательной-игровой деятельности с ним;
- соблюдает основные правила подвижных игр с мячом;
- понимает и выполняет инструкцию организатора игры.
- выполняет самостоятельность и инициативность в организации индивидуальных подвижных с мячом (по интересу, желанию).

2. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация – это установление уровня достижения результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы, направленное на объективную оценку качества освоения обучающимися ее содержания. Промежуточная аттестация освоения обучающимися 3-го года жизни дополнительной общеобразовательной программы «Веселый мяч» проводится 2 раза в год по итогам завершения каждого модуля. Аттестация проводится в форме наблюдения за выполнением диагностического задания. Результат фиксируется в «Журнале индивидуального учета достижений обучающегося», который хранится один год в кабинете руководителя платной дополнительной услуги.

Система и критерии оценки результатов промежуточной аттестации

Критерии	Обозначение
умение сформировано полностью – обучающийся выполняет задание самостоятельно, без помощи взрослого;	С
умение частично сформировано – обучающемуся требуется незначительная помощь взрослого;	Ч
умение находится на стадии формирования – обучающемуся требуется значительная помощь взрослого.	Н

2.1. Оценочные материалы.

Для оценки результативности процесса освоения содержания Программы используются возрастные показатели и критерии физического развития детей в играх и упражнениях с мячом, приведенные в книгах Волошиной Л.Н., Серых Л.В. «Физическое развитие детей второго года жизни» и Л.Н. Волошиной, Т.В. Куриловой «Физическое развитие детей третьего года жизни».

Возрастные показатели и критерии физического развития детей в играх и упражнениях с мячом

Физическая подготовленность			
Катание мяча	Бросание мяча	Ловля мяча	Координационные способности
Катает мяч в цель на расстоянии 100 см; размер цели 50 см (кольцо, обруч, дуга).	Бросает малые мячи вдаль на расстояние 200 см. Бросает одной рукой (попеременно) малые мячи в вертикальную цель	Ловит мяч от взрослого удобным для себя способом. Бросает и ловит мяч от поля удобным	Подбрасывает и ловит мяч (диаметр 15-20 см) в индивидуальном исполнении. Катает мяч между стоящими предметами (2 кегли), не

	(диаметр 50 см), расположенную на высоте 85-90 см от пола (примерно на уровне глаз ребенка на расстоянии 100 см).	способом.	задевая их. Катает мяч в воротца ногой удобным способом.
--	--	-----------	--

3. Организационно-педагогические условия реализации Программы

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей детей 3-го года жизни.

Срок реализации программы: 7 месяцев (октябрь - апрель).

Режим занятий: занятия проводятся один раз в неделю по 10 минут (академический час) с группой детей 10-12 человек. Количество занятий в месяц – 4. Количество занятий в год – 28.

Для того чтобы занятия по физическому воспитанию и развитию с использованием мячей доставляли детям радость и приносили максимальную пользу для здоровья и развития, необходимо выполнение следующих организационно-педагогических условий:

1. Игровые упражнения должны быть доступны, соответствовать возрастным и индивидуальным возможностям ребенка.

2. Методы и приемы, стимулирующие детей к выполнению упражнений с мячами, могут быть зрительными (показ); двигательными (совместное выполнение с воспитателем); слуховыми (слово, речевая инструкция: «возьми мяч», «кати мяч вокруг обруча»),

3. Общение воспитателя с детьми на занятии должно быть спокойным и доброжелательным, создающим психологический комфорт и радостное настроение.

4. Во время проведения занятия необходимо использовать физические упражнения на развитие всех мышечных групп, этому способствует применение мячей разного диаметра (наклоны за мячом; катание мячей по поверхности ноги из положения стоя; бросание мяча одной рукой и попеременно двумя руками).

5. В ходе проведения занятий используются различные исходные положения (стоя, сидя на ковре, лежа), что содействует не только чередованию нагрузки на ту или иную группу мышц, но и позволяет разнообразить общеразвивающие упражнения и упражнения, направленные на формирование определенных двигательных умений.

4. Учебный план

Модули	№п/п	Виды, формы деятельности	Количество академических часов
1 модуль	1-4	Занятие «Разноцветные мячи»	
	5-8	Занятие «Мячи-колобки»	
	9-12	Занятие «Мячи-шалунишки»	
	13	Занятие «В гости к мячам» (диагностическое)	
2 модуль	14-16	Занятие «Чудесный мешочек»	
	17-20	Занятие «Большие и маленькие мячи»	
	21-24	Занятие «Мячи-великаны»	
	25-27	Занятие «Мячи-ежики»	
	28	Занятие «В гости к мячам»	
	Итого (академических часов):		28
	Длительность одного занятия		10 минут
	Количество занятий в неделю / объем учебной нагрузки (мин.)		1 / 10 минут
	Количество занятий в месяц / объем учебной нагрузки (мин.)		4 / 40 мин.
	Количество занятий в учебном году / объем учебной нагрузки (час, мин.)		28/ 280 мин.

5. Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	Показатели
1	Количество учебных недель	28
2	Количество учебных часов	28
3	Количество учебных часов в неделю	1
4	Количество недель в 1 модуле	13
5	Количество недель во 2 модуле	15
6	Начало учебного года	1 октября
7	Окончание учебного года	30 апреля
8	Сроки промежуточной аттестации	Январь, апрель
9	Каникулы	31 декабря – 8 января
10	Выходные дни	Суббота, воскресенье и праздничные дни

6. Рабочая программа.

ОКТЯБРЬ «Разноцветные мячи»

Занятия № 1-4 с резиновыми мячами d-25 см

Образовательные задачи:

Помочь детям узнать на собственном чувственном опыте свойства мяча; обеспечить условия для освоения двигательных действий с мячом; инициировать бросание мяча об пол двумя руками, бросание мяча вперед двумя руками от груди и бег за ним; развивать ориентировку в пространстве в играх с мячом; формировать элементы произвольности в играх с мячом; воспитывать позитивное отношение к играм; укреплять опорно-двигательный аппарат.

Оборудование: разноцветные мячи d-25 см.

Ход занятия Вводная часть (2 мин.)

Дети заходят в спортивный зал, где разложены в рассыпную разноцветные мячи. Педагог обращает внимание детей на пустую коробку - «домик для мячей» - и говорит, что мячи поссорились и укатились из коробки кто куда. Педагог предлагает детям помирить мячи и собрать в коробку, объясняет и показывает, как правильно нужно брать мяч руками, носить его, класть в коробку. Обращает внимание на цвет мяча, который кладет в коробку и на то, что в коробке лежит много разноцветных мячей. *Бег стайкой за воспитателем.*

Ходьба Педагог предлагает детям взять мячи из коробки и выполнить упражнения с мячами.

Основная часть (6 мин.)

ОРУ с мячами, стоя в рассыпную возле ориентиров - мячей

1. «Мяч вверх»

Исходное положение: стойка ноги врозь, мяч внизу. Выполнение: поднять мяч вперед, опустить. Повторить 5 раз.

2. «Покажи мяч»

И.п.: сидя на полу, ноги врозь,

мяч в вытянутых руках на коленях ребёнка.

Поворот в одну и другую сторону поочередно.

В.: повторить по 3 раза в каждую сторону.

3. «Наклонись»

И.п.: сидя на полу, ноги врозь, мяч на коленях.

В.: наклон, прогнувшись, мяч коснувшись носков мячом.

Повторить 5 раз.

4. «Прокати мяч»

И.п.: стойка ноги врозь, мяч внизу.

В.: покаты мяч вперед, доползти до мяча.

Повторить 1 раз.

5. «Покружись с мячом»

Кружение с мячом в правую и левую сторону с музыкальным сопровождением.

Повторить по 3 раза в каждую сторону.

1. «Брось мяч»

Бросание мяча об пол двумя руками.

Повторить 5 раз.

2. «Догони мяч»

Бросание мяча вперед двумя руками от груди и бег за ним. Повторить 5 раз.

3. *Подвижная игра «Собери мячи»*

Дети стоят в одном конце спортивного зала. У педагога в руках коробка с мячами. По сигналу «раз, два, три» воспитатель выбрасывает мячи из коробки. Дети бегут за ними, каждый берет по одному мячу, кладет его в коробку, которую воспитатель держит на высоте поднятых рук ребенка. Игра повторяется 3 раза. *Самостоятельная*

двигательная деятельность детей Воспитатель предлагает детям поиграть с разноцветными мячами (по выбору), кому как хочется. Педагог стимулирует активность детей, демонстрируя разные двигательные действия. Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин.)

«Какие молодцы наши мячи!»

(Погладить мячи и сложить в коробку). Попрощаться с мячами.

Возможные варианты усложнения заданий

1. *Основная часть:*

бросание мяча снизу, катание мяча.

2. *Заключительная часть:*

«Найди мяч по цвету» (красный, синий, желтый), «найди домик для мячей».

НОЯБРЬ

«Мячи-колобки»

Занятия № 5-8 с «мячами мякишами» d-Ю см.

Образовательные задачи:

развивать технику ходьбы и бега, катания и метания мяча, изменяя способы их выполнения; развивать координационные способности, внимание, память; поддерживать интерес к двигательной деятельности с нетрадиционным оборудованием; создавать психо-эмоциональный комфорт. Оборудование: «мячи-мякиши» d-10 см.

Ход занятия

Вводная часть (2 мин.)

Педагог встречает детей с мячом-колобком (кукла бибобо). Колобок предлагает детям познакомиться с его друзьями, мячами-колобками, и приглашает ребят поиграть с ними. Мяч-колобок обращает внимание детей на мячи, которые до начала занятия педагог разложил в виде дорожки. Педагог говорит, что сегодня они будут играть с этими

необычными мячами. Воспитатель раздает детям мячи и обращает их внимание на то, какие они мягкие, легкие. Мякиши также можно бросать, катать, играть с ними. Дети из мячей выкладывают прямую линию и встают парами с двух сторон линии на противоположных концах. По команде они идут навстречу друг другу вдоль линии, затем выполняют бег.

Усложнение: выложить из мячей две параллельные линии и предложить детям ходить и бегать друг за другом по дорожке, не наступая на мячи.

Основная часть (6 мин.)

ОРУ с мячами-мякишами, стоя на линии

1. «Покажи мяч»

И.п.: стойка, мяч в ладонках, прижат к груди. В.: мяч вперед; показать. Прижать к груди, спрятать.

Повторить 5 раз.

1. «Покатаем колобки»

Катание мяча в ладонках. Выполнять 0,5 мин.

3. «Мячи большие и мячи маленькие»

И.п.: стойка, мяч на полу между ног.

В.: показали, какие бывают мячи большие (развели руки в стороны) и какие бывают мячи колобки маленькие (руки вместе перед собой, между ладоней показать «колобок»).

Повторить 3 раза.

4. «Присядь с мячом»

И.п.: стойка ноги на ширине плеч, мяч в ладонках, прижат к груди.

В.: присесть и покатать мяч вправо-влево руками - катится «колобок». Повторить 5 раз.

5. «Попрыгаем»

Прыжки на двух ногах вокруг мяча.

Повторить 6 раз.

6. «Брось колобок в обруч»

Перед каждым ребенком кладется цветной обруч. Дети встают перед обручами на расстоянии 1,5-2 м. По сигналу воспитателя бросают мяч так, чтобы он попал в обруч. Дети бросают мяч любым способом, но воспитатель объясняет, что бросок снизу более результативный. Повторить 2 раза каждой рукой.

7. «Покатаем колобок другу»

Дети катают друг другу мяч правой, левой рукой в положении сидя. Повторить 2 раза каждой рукой.

8. Подвижная игра «Найди свой домик»

На средней линии площадки горизонтально разложена дорожка из обручей. Играющие произвольно ходят. По сигналу «Раз, два, три, беги!» дети бегут к свободному обручу на дорожке. Выполнить 3 раза. Самостоятельная двигательная деятельность детей. Воспитатель предлагает детям поиграть с колобками, «мячимамякишами», поставить корзины, положить обручи для метания. Педагог стимулирует активность детей, демонстрируя разные двигательные действия: метание, катание мяча. Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин.)

«Кого назвали, тот ловит»

Дети стоят в кругу, педагог - в центре. Педагог называет имя одного ребенка и бросает ему мяч вверх. Названный ребенок должен поймать мяч и бросить его обратно. Возможные варианты усложнения заданий

1. Основная часть:

«Путешествие вокруг обруча» - покатать колобки(мячики) вокруг обруча. «Смешные колобки» - попрыгать в обруче. 2. Заключительная часть: «Выгляни в окошко» - взять обруч («окошко»), выглянуть в него и поздороваться.

ДЕКАБРЬ
«Мячи-шалунишки»

Занятия № 9-12 с «мячами-мякишами» d-Ю см

Образовательные задачи:

развивать умение использовать знакомые предметы в незнакомых ситуациях, учить бросать и ловить мяч; развивать ловкость; воспитывать устойчивый интерес к действиям с мячом.

Оборудование:

«мячи-мякиши» d-10 см; веревка, на которую подвешены на ленточках мячи на расстоянии вытянутых в стороны рук ребенка.

Ход занятия

Вводная часть (2 мин.)

Педагог читает стихотворение Е. Эрато:

По дорожкам сада вскачь

Побежал упрямый мяч

И веселою гурьбой

Позвал ребят всех

За собой.

Педагог показывает детям «мячи-мякиши» на ленточках, которые подвешены на веревке: «Покажем, как высоко забрались мячи-шалунишки». Затем воспитатель предлагает детям походить, побегать под мячами и постараться коснуться их головой и развеселить их.

Усложнение: ходьба и бег

«змейкой» за воспитателем, держась за руки.

Основная часть (6 мин.)

ОРУ «Мы топ аем ногами» Дети становятся в шеренгу по зрительным ориентирам (мячам). Воспитатель медленно читает стихотворение, дети действуют согласно его содержанию.

Мы топаем ногами, Мы хлопаем руками (хлопать по мячу),

Киваем головами.

Мы руки поднимаем (коснуться мяча),

Мы руки опускаем,

Мы руки подаем.

Дети соединяют руки.

Повторить 3 раза.

1. «Попрыгаем» Ребенок становится перед мячом, подвешенным на веревочке на высоте поднятой руки ребенка. По сигналу подпрыгивает и касается рукой мяча.

Повторить по 3 раза правой и левой рукой.

2. «Толкни и поймай мяч» Ребенок становится перед мячом, подвешенным на веревочке на высоте груди ребенка. По сигналу толкнуть ладонью мяч, а затем поймать его.

3. Повторить 4 раза правой и левой рукой.

4. 3.«Не задень» Дети стоят шеренгой на боковой линии, на середине площадки натянута веревка с «мячами-мякишами». По сигналу «Побежали!» дети быстро пробегают между мячами, стараясь их не задеть.

5. Повторить 5 раз.

Самостоятельная двигательная деятельность детей Воспитатель предлагает детям поиграть с «мячами-мякишами», поставить корзины, положить обручи для метания. Педагог стимулирует активность детей, демонстрируя разные двигательные действия: метание, катание и перебрасывание мяча.

Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин.)

Игровое упражнение «Моталочка» Воспитатель снимает с ленточки «мячи-мякиши». Дети стоят шеренгой напротив веревочки с ленточками, по сигналу быстро наматывают ленточку на веревку. Возможные варианты усложнения заданий

1. Основная часть:

опустить веревку, мячи касаются пола, проползти на четвереньках между мячами. «Покати колобок ногой» - удары по мячу, лежащему на полу.

2. Заключительная часть:

«Танец с ленточками» — у мячей были ленточки и у наших ребят есть ленточки. Возьмите их на скамейке и давайте потанцуем с ленточками по музыкальное сопровождение.

ЯНВАРЬ

«В гости к мячам»

Занятие № 13 (диагностическое)

Образовательные задачи:

Разнообразить двигательный опыт ребенка, способствовать освоению техники катания мяча, бега за ним; развивать умение прыгать на двух ногах; содействовать развитию быстроты, ловкости, координации движений; воспитывать умение действовать в коллективе сверстников; создавать условия для гармоничного физического и психического развития каждого ребенка.

Оборудование: мячи d-25 см.

Ход занятия

Вводная часть (2 мин.)

Педагог предлагает детям отправиться в гости к мячам. Теперь они не ссорятся, дружат друг с другом, рады встрече с ребятами и очень хотят побегать, попрыгать с ними. Затем каждый ребенок выбирает мяч, с которым он будет играть. Дети под музыку ходят и бегают за воспитателем. Педагог предлагает детям поиграть с мячами, сидя на гимнастической скамейке. *Основная часть (6 мин).*

ОРУ с мячами, сидя на скамейке

1. «Подними мяч»

И.п.: сидя верхом на скамейке, мяч внизу.

В.: мяч вперед, вверх, прогнуться, посмотреть на мяч.

Повторить 5 раз.

2. «Повернись»

И.п.: сидя верхом на скамейке, мяч вперед в вытянутых руках. В.: поворот в одну сторону, затем в другую сторону.

Повторить по 3 раза в каждую сторону.

3. «Наклонись»

И.п.: сидя на скамейке боком, ноги вытянуты, мяч в согнутых руках перед собой.

В.: наклониться вперед, мячом коснуться носков, выпрямиться. Повторить 5 раз.

4. «Положи мяч на колени»

И.п.: сидя на скамейке боком, мяч вперед в вытянутых руках.

В.: согнуть ноги, мяч положить на колени, вернуться в исходное положение.

Повторить 4 раза.

5. «Попрыгай с мячом» Прыжки с мячом на двух ногах.

Повторить 5 раз.

6. «Прокати мяч по скамейке»

Катание мяча двумя руками по скамейке.

Повторить 3 раза.

7. «Брось мяч»

Бросание мяча воспитателю.

Усложнение: бросание мяча воспитателю и ловля его от воспитателя с расстояния 1м.

Повторить 3 раза.

4. *Подвижная игра «Догони мяч»*

Дети стоят на линии с мячом в руках. По сигналу бросают мяч двумя руками от груди, перепрыгивают через линию и бегут за ним. Игра повторяется 3 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность детей.

Воспитатель предлагает детям потанцевать, покружиться, попрыгать с мячами под музыку. Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин.)

«Найди мяч»

Дети стоят на боковой линии площадки лицом к воспитателю. Педагог показывает мяч и говорит, что сейчас мяч спрячется, а дети будут его искать. Затем воспитатель предлагает всем отвернуться и закрыть глаза, а сам в это время прячет мяч. По сигналу дети открывают глаза и расходятся в поисках мяча. В конце игры отмечается тот, кто первый увидел мяч, а также те дети, которые проявили наибольшую выдержку, наблюдательность, сообразительность. Повторить 2-3 раза.

Возможные варианты усложнения заданий

2. *Основная часть:*

«Дружные ребята» - катание мяча друг другу.

«Прокатить мяч по скамейке, положить его в корзину, проползти по скамейке на четвереньках».

2. *Заключительная часть: «соберем все мячи».*

«Чудесный мешочек»

Занятия № 14-16 с мячами для игры в большой теннис

Образовательные задачи:

закреплять умение закатывать маленький мяч в обруч, бросать одной рукой вдаль; развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, зрительно-двигательную координацию; укреплять опорно-двигательный аппарат; воспитывать потребность в самостоятельной двигательной деятельности.

Оборудование:

чудесный мешочек, мячи для большого тенниса, дощечки из строительного материала (длина 25-30 см, ширина 1,5-2,0 см).

Ход занятия

Вводная часть (2 мин.)

Педагог показывает детям чудесный мешочек и говорит, что мешочек приготовил для них интересные игрушки. «Давайте опустим руку в мешочек, достанем игрушку и узнаем, что же это» (дети достают мячи, обследуют их, отвечают на вопрос: «Какой у тебя мяч?»). Затем педагог предлагает им поиграть с мячами и посмотреть, как они могут кататься, прыгать, летать. Дети ходят в рассыпную, держа в руке мяч; бегают, прижав мяч к груди. Затем выполняют с ними упражнения. Основная часть (6 мин.) ОРУ с маленькими мячами, стоя в рассыпную возле зрительных ориентиров (мячей, вырезанных из пластика)

1. «Передай мяч»

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, мяч в руке.

В.: передавать мяч из руки в руку перед собой.

Повторить 4 раза.

3. «Повернись» И.п.: сидя, ноги врозь, мяч в обеих руках перед собой. В.: поворот в одну и в другую сторону.

Повторить по 2 раза в каждую сторону.

3. «Приседай»

И.п.; стоя, ноги на ширине ступни «узкой дорожкой», руки с мячом прижаты к груди.

Присесть, вынести мяч вперед,

В.: встать, выпрямиться, вернуться в и.п. Повторить 5 раз.

4. «Попрыгунчики» И.п.: стоя, ноги вместе, мяч в руках. В.: прыжки на двух ногах в чередовании с ходьбой.

Повторить 2 раза.

5«Закати мяч в обруч»

Перед каждым ребенком лежит обруч. На край обруча кладется дощечка (картонка), которая одной стороной касается пола. Получается маленькая горка. По сигналу дети прокатывают мяч, стараясь попасть в обруч. Затем каждый ребенок прокатывает мяч в удобном для него ритме. Повторить 4 раза правой и левой рукой.

6.«Кто дальше?»

Дети стоят в шеренге на линии. По сигналу метают мяч вдаль правой и левой рукой, бегут за ним, берут и возвращаются на линию.

Повторить 5 раз.

/«Подними мяч» На площадке в обручах разложены мячи. Дети ходят между ними, не наступая, стараясь обходить. На сигнал «возьми» останавливаются, берут ближайший мяч и поднимают вверх. Затем кладут в обруч и снова ходят.

Повторить 5 раз.

Самостоятельная двигательная деятельность детей Воспитатель предлагает детям поиграть с теннисными мячами. Педагог показывает детям игровые действия с теннисными мячами. Затем мячи собирают в мешочек.

Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин.)

«Где же наши детки?»

Педагог закрывает глаза и предлагает детям спрятаться. Через некоторое время спрашивает: «Спрятались?» Дети отвечают: «Да!» Педагог идет искать их. Он заглядывает в разные места, делая вид, что никак не найдет детей. При этом может произносить такие слова: «Куда же спрятались дети? Где же наши детки?» Иногда малыши не выдерживают и довольные тем, что педагог их не может найти, выбегают из укрытия и подбегают к нему. В этом случае педагог с радостью привлекает их к себе и говорит: «Вот они, наши дети!»

Повторить 2 раза.

Возможные варианты усложнения заданий

1. Основная часть:

«Спрячем мяч от дождика»

а) присесть с мячом в обруче-домике;

б) поднять обруч вверх над головой (спрятать мяч под зонтиком).

2. Заключительная часть.

«Покажем, какими мы были маленькими и какими мы вырастем большими».

ФЕВРАЛЬ

«Большие и маленькие мячи»

Занятия № 17-20 с большими и маленькими мячами

Образовательные задачи:

закреплять умение бросать мяч двумя руками об пол, катать в парах, прокатывать с горки; развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве, зрительно-двигательную координацию; укреплять опорно-двигательный аппарат; воспитывать потребность в самостоятельной двигательной деятельности.

Оборудование:

резиновые мячи с1-25см на каждого ребенка, мячи для большого тенниса на каждого ребенка.

Ход занятия

Вводная часть (2 мин.)

Педагог рассказывает детям сказку о мячах: «

Жили-были в коробке-домике большие и маленькие мячи. Заспорили они, кто из них лучше, кто выше прыгает, дальше катится. Самый большой мяч сказал, что он лучше всех. Маленький сказал, что он может выше всех прыгнуть. Спорили они, спорили, коробка перевернулась, и мячи укатились кто куда». Педагог просит детей найти мячи, собрать их и помирить. «Давайте дружить» (упражнения выполняются с большими мячами)

Ходьба враспынную, взять мяч, принести и положить в корзину. Повторить 2 раза. «Помирились» Дети под музыку бегают враспынную с мячом в руках перед грудью. По сигналу (остановка музыки) остановиться, найти себе пару, поднять мяч вверх, потянуться руками друг к другу, касаясь мячами, «помирились».

Выполнить 3 раза.

Основная часть (6 мин.)

О РУ «Давайте дружить» с мячами d-25 см.

1. «Красивые мячи» И.п.: стойка ноги врозь, мяч внизу. В.: мяч вперед, вверх.

Повторить 5 раз.

2. «Полюбуемся мячами»

И.п.: стойка ноги врозь, руки вперед.

В.: поворот вправо.

И.п. Повторить по 3 раза в каждую сторону.

3. «Покажите мне»

И.п.: стойка ноги врозь, мяч внизу.

В.: наклон, прогнувшись, мяч вперед.

Повторить 5 раз.

4. «Покатаем по дорожке»

И.п.: сидя, ноги вытянуты, мяч в согнутых руках перед грудью.

В.: прокатить мяч до носков ног.

Повторить 5 раз.

4. «Прыг-скок» Прыжки с мячом в руках на двух ногах в чередовании с ходьбой.

Повторить 5 раз.

6. «Мяч о пол» (упражнение выполняется с мячами 6-25 см) Дети встают в две шеренги напротив друг друга, с использованием зрительных ориентиров. У детей одной шеренги по мячу. Они ударяют мяч о пол, ловят его двумя руками и прокатывают детям, стоящим в шеренге напротив. Повторить 6 раз. Собрать мячи в ящик, взять теннисные мячи.

7. «Прокати мяч с горки» (упражнение выполняется с маленькими мячами) Дети стоят в колонне. По сигналу катание мяча с горки и бег за ним. Выполнить 3 раза.

8. «Мой веселый, звонкий мяч» (упражнение выполняется с маленькими мячами) Дети стоят в кругу. Воспитатель с корзиной маленьких мячей - в центре. Дети с педагогом произносят слова:

Мой веселый, звонкий мяч,

Ты куда помчался вскачь?

Красный, желтый, голубой,

Не угнаться за тобой! (С.Я. Маршак)

Затем воспитатель высыпает мячи из корзины, дети собирают их и кладут в корзину. Самостоятельная двигательная деятельность детей Воспитатель предлагает детям на выбор поиграть с резиновыми или с теннисными мячами. Педагог показывает детям игровые действия с этими мячами. Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин.)

«П остроим дорожку из мячей» Для этой игры раскладывается дорожка из обручей, в каждый обруч нужно положить два мяча - большой и маленький. Воспитатель предлагает детям полюбоваться дорожкой из мячей. Возможные варианты усложнения заданий

1. Основная часть:
«Прокати маленький мяч вокруг или между обручами».
2. Заключительная часть:
положить в один обруч два больших мяча, в другой два маленьких, и так чередовать.

МАРТ **«Мячи-великаны»**

Занятие № 21-24 с фитнес мячами d-30-45 см

Образовательные задачи:

обогащать и разнообразить двигательный опыт детей в игровых упражнениях с фитнес-мячами; создавать ситуации, побуждающие детей к изменению способов выполнения движений. Развивать ориентировку в пространстве. Формировать навыки безопасного поведения в играх с фитнес-мячами, воспитывать интерес к двигательной деятельности с фитнес-мячами. Оборудование:

фитнес-мячи d30-45 см на каждого ребенка.

Ход занятия

Вводная часть (2 мин.)

Педагог говорит детям, что их пригласили в гости мячи-великаны. К дому мячей-великанов путь неблизкий, нужно пройти по дорожке (ходьба за воспитателем). Чтобы быстрее добраться, побежим (бег за воспитателем, бег враспынную). Вот мы и добрались. А мячи-великаны уже нас ждут. Дети берут фитнес-мячи и катают их враспынную (можно включить музыкальное сопровождение).

Основная часть (6 мин.)

ОРУ с фитнес-мячами

1. «В от какой большой мяч»

И.п.: стоя, ноги «широкой дорожкой», мяч перед грудью.

В.: показать мяч - вытянуть руки, согнуть руки. Вернуться в и.п. Повторить 4 раза.

2. «Влево, вправо повернись!»

И.п.: сидя на фитболе, с опорой мяча о стену, руки сзади на мяче.

В.: повороты головы вправо, повороты головы влево.

Повторить по 2 раза в каждую сторону.

5. «Колобки»

И.п.: сидя на фитболе, с опорой мяча о стену, руки сзади на мяче.

В.: наклониться вперед, голову положить на колени.

Повторить 3 раза.

4. «Вокруг мяча»

И.п.: стоя возле мяча, одну руку положить на мяч.

В.: обойти вокруг мяча в одну сторону и в другую.

Повторить 2 раза.

5. «Приседания»

И.п.: упор, сидя на пятках, руки на фитболе.

В.: упор, стоя на коленях.

Повторить 5 раз.

6. «Руки вверх и вниз»

И.п.: сидя на фитболе с опорой мяча о стену, руки сзади на мяче.

В.: поднять руки впередвверх. 3-4 и.п.

Повторить 5 раз.

7. «Попрыгунчики»

И.п.: стоя, ноги вместе, руки на поясе, мяч-великан на полу перед ногами. В.: прыжки на двух ногах вокруг мяча-великана в чередовании с ходьбой. Повторить 2 раза.

8. «Найди свой мяч»

Дети сидят на мячах, мячи расположены вдоль стены. По сигналу разбегаются в рассыпную, выполняют танцевальные движения под музыку. По сигналу подбегают к своему мячу и приседают перед ним.

Повторить 4 раза.

9 «Попади мячом в воротики» Дети прокатывают мяч в воротики, затем ползут за мячом и подлезают под препятствие.

Повторить 4 раза.

10 «Солнышко и тучки» Дети: «Тучи по небу ходили, солнце красное ловили, а мы красное поймем, а мы солнышко догоним». Педагог катит «солнышко» (мяч), дети катят свои «тучки» (мячи), стараясь догнать «солнышко». «Солнышко» прячется в свой домик, а дети приседают рядом с «тучками». Повторить 2 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность детей Воспитатель предлагает детям поиграть с фитнес-мячами по желанию детей. Педагог включает музыкальное сопровождение. Продолжительность 2 мин. Заключительная часть (2 мин.)

Ходьба с остановкой по сигналу. Сигнал - педагог поднимает мяч вверх. Повторить 2 раза. Возможные варианты усложнения заданий

1. Основная часть: в упражнении 5 оббежать мяч, придерживая его одной рукой; после ползания взять мяч, поднять его вверх и покружиться с мячом (упражнение на выпрямление).

2. Заключительная часть: мяч гуляет по кругу «Передача мяча друг другу». Педагог включает музыкальное сопровождение, музыка останавливается, мяч отдыхает. «Спасибо нашим большим мячам» (погладить мячи ладошками: «Ай, какие молодцы большие мячи!»).

АПРЕЛЬ **«Мячи-ежики»**

Занятия № 25-27 с массажными «колючими» мячами

Образовательные задачи:

закреплять в игровой форме основные виды движений (ходьба, бег, ползание, метание); обогащать и разнообразить двигательный опыт детей. Развивать внимание, познавательную активность, воспитывать умение действовать по правилам, играть в детском коллективе.

Оборудование:

массажные «колючие» мячи на каждого ребенка d-4-5 см, фигурки зверей, куклы бибабо (ежик, лиса)

Ход занятия

Вводная часть (2 мин.)

Педагог встречает детей с игрушкой-ежиком и предлагает им познакомиться с его друзьями, «мячами-ежиками». Предлагает потрогать мячи, взять их в руки, ответить на вопрос, какие они. Затем кладут мячи на дорожку по зрительным ориентирам и выполняют следующие упражнения: «Змейка вокруг мячей» И.п.: дети стоят в колонне по одному. В.: по сигналу выполняют ходьбу «змейкой» вокруг мячей.

Повторить 2 раза.

«Пройди по дорожке»

И.п.: дети стоят в колонне по одному, за воспитателем идут по дорожке, обозначенной мячами, перешагивая через них.

В.: по сигналу пройти по дорожке, обозначенной мячами. Бег с музыкальным сопровождением с мячом в руках.

Повторить 2 раза.

Основная часть (6 мин.)

ОРУ с массажными мячами-ежиками, сто я в рассыпную возле ориентиров (мячей, наклеек на полу)

1. «Катаем колобок»

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, мяч внизу.

В.: поднять руки вперед, катать мяч ладонями по часовой стрелке и против.

Повторить 6 раз.

2. «В от какие ежики»

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках перед грудью.

В.: наклониться вперед, вытянуть прямые руки с мячом вперед. Вернуться в и.п.

Повторить 3 -4 раза.

5. «К а т и т с я ежик»

И.п.: сидя, ноги на ширине плеч.

В.: прокатить мяч двумя руками (перебирая пальцами) по одной прямой ноге-дорожке вперед-назад и так же по другой ноге-дорожке.

Повторить 2 раза по каждой ноге.

4. «Зайки» (Дружат ежики и зайки)

И.п.: ноги вместе, руки сложены перед грудью, мяч лежит на полу.

В.: прыжки на двух ногах вокруг мяча. Выполнить 5 -6 прыжков.

5. «Ползут ежики по дорожке» Дети стоят в шеренге. По сигналу дети ползут на четвереньках и катят ежики по дорожке. Назад возвращаются шагом. Повторить 2 раза.

6. «Перебросим мячи через веревку» Дети стоят в шеренге перед веревкой, натянутой на уровне поднятой руки ребенка на расстоянии 1,5 метра. По сигналу бросают мяч одной рукой через веревку, бегут за ним, подлезая под веревку.

Повторить 2 раза каждой рукой.

7. Подвижная игра «Лиса и ежики» Дети под музыку идут по кругу, держа мяч в руках. Когда музыка останавливается, дети садятся на пол и прячут под прямыми ногами свои «мячи-ежики», а лиса ищет мячи.

Повторить 2- 3 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность детей Свободные игры детей с мячами-ежиками, фигурками зверей (с элементами самомассажа). Продолжительность 2 мин. Заключительная часть (2 мин.)

«Найди ежика» Дети стоят в рассыпную рядом с педагогом, который предлагает им найти ежика. Дети закрывают глаза, а педагог прячет игрушку. Педагог: «Ну-ка, дети, поспешите, ежика быстрее найдите!» Дети ищут игрушку, нашедший игрушку ребенок приносит ее педагогу, показывает и называет. Возможные варианты усложнения заданий

1. Основная часть:

«Ежики играют в прятки» — спрятать «мячи-ежики» за спиной, показать в вытянутых руках: «Вот они, ежики»; «Ласковушки» (погладим «мячиком-ежиком» друг друга по спине, покатаем «мячежик» по спине); «Ты мне, я тебе» - передача двух мячей одновременно друг другу.

2. Заключительная часть:

«Сложим башню из «мячей-ежиков» - попробоват мячи ежики сложить горкой. «Вот какая горка получилась!» Похлопать в ладоши.

«В гости к мячам»

Занятие № 28 (диагностическое)

Образовательные задачи:

Разнообразить двигательный опыт ребенка, способствовать освоению техники катания мяча, бега за ним; развивать умение прыгать на двух ногах; содействовать развитию быстроты, ловкости, координации движений; воспитывать умение действовать в коллективе сверстников; создавать условия для гармоничного физического и психического развития каждого ребенка.

Оборудование: мячи d-25 см.

Ход занятия

Вводная часть (2 мин.)

Педагог предлагает детям отправиться в гости к мячам. Теперь они не ссорятся, дружат друг с другом, рады встрече с ребятами и очень хотят побегать, попрыгать с ними. Затем каждый ребенок выбирает мяч, с которым он будет играть. Дети под музыку ходят и бегают за воспитателем. Педагог предлагает детям поиграть с мячами, сидя на гимнастической скамейке. *Основная часть (6 мин).*

ОРУ с мячами, сидя на скамейке

1. «Подними мяч»

И.п.: сидя верхом на скамейке, мяч внизу.

В.: мяч вперед, вверх, прогнуться, посмотреть на мяч.

Повторить 5 раз.

2. «Повернись»

И.п.: сидя верхом на скамейке, мяч вперед в вытянутых руках. В.: поворот в одну сторону, затем в другую сторону.

Повторить по 3 раза в каждую сторону.

3. «Наклонись»

И.п.: сидя на скамейке боком, ноги вытянуты, мяч в согнутых руках перед собой.

В.: наклониться вперед, мячом коснуться носков, выпрямиться. Повторить 5 раз.

4. «Положи мяч на колени»

И.п.: сидя на скамейке боком, мяч вперед в вытянутых руках.

В.: согнуть ноги, мяч положить на колени, вернуться в исходное положение.

Повторить 4 раза.

5. «Попрыгай с мячом» Прыжки с мячом на двух ногах.

Повторить 5 раз.

6. «Прокати мяч по скамейке»

Катание мяча двумя руками по скамейке.

Повторить 3 раза.

7. «Брось мяч»

Бросание мяча воспитателю.

Усложнение: бросание мяча воспитателю и ловля его от воспитателя с расстояния 1м.

Повторить 3 раза.

5. Подвижная игра «Догони мяч»

Дети стоят на линии с мячом в руках. По сигналу бросают мяч двумя руками от груди, перепрыгивают через линию и бегут за ним. Игра повторяется 3 раза.

Самостоятельная двигательная деятельность детей.

Воспитатель предлагает детям потанцевать, покружиться, попрыгать с мячами под музыку. Продолжительность 2 мин.

Заключительная часть (2 мин.)

«Найди мяч»

Дети стоят на боковой линии площадки лицом к воспитателю. Педагог показывает мяч и говорит, что сейчас мяч спрячется, а дети будут его искать. Затем воспитатель предлагает всем отвернуться и закрыть глаза, а сам в это время прячет мяч. По сигналу дети открывают глаза и расходятся в поисках мяча. В конце игры отмечается тот, кто первый увидел мяч, а также те дети, которые проявили наибольшую выдержку, наблюдательность, сообразительность. Повторить 2 -3 раза.

Возможные варианты усложнения заданий

3. Основная часть:

«Дружные ребята» - катание мяча друг другу.

«Прокатить мяч по скамейке, положить его в корзину, проползти по скамейке на четвереньках».

3. Заключительная часть: «соберем все мячи».

7. Материально – техническое обеспечение

№ п/п	Наименование	Количество
1.	разноцветные мячи диаметром 10-15 см	10
2.	разноцветные мячи диаметром 20-25 см	10
3	теннисные мячи	10
4	«мячи-мякиши» диаметром 10 см;	10
5	фитнес-мячи диаметром 35-45 см;	5
6	массажные «колючие» мячи.	10
7	дуги для подлезания	2
8	тоннель для ползания	1
9	дорожка-змейка	1
10	дорожка прямая	1
11	препятствия-пенечки	3
12	обручи	4
13	мишени для метания	3
14	мягкие модули в наборе	1 комплект
15	шведская стенка	1
16	корзины для мячей диаметром 50-60 см	2
17	кегли в наборе	2

8. Методическое обеспечение.

1. Волошина Л.Н., Серых Л.В., Курилова Т.В. Парциальная программа «Мой веселый, звонкий мяч». Физическое развитие детей раннего возраста. – М., 2020. – 64 с.
2. Физическое развитие детей: методические материалы к комплексной образовательной программе для детей раннего возраста «Первые шаги» / С.Ю. Мещерякова, Л.Н. Галигузова. – М.: ООО «Русское слово – учебник», 2019
3. Ермакова И.А. Игры с мячом для самых маленьких. – СПб.: Издательский дом «Литера», 2009. – 32с.
4. Караваева Т. В. Игры с мячом как эффективное средство адаптации детей 2–3 лет к условиям детского сада / Т. В. Караваева // Актуальные вопросы современной педагогики: материалы XII Междунар. науч. конф. (г. Казань, июнь 2019 г.). – Казань: Молодой ученый, 2019. – С. 5–7.
5. Тимофеева Е. А. Подвижные игры с детьми раннего возраста / Е. А. Тимофеева. – М., 2010. – 80 с.