**ПРОЕКТ**

**Тема: СПОРТИВНАЯ ИГРА «ДЕТСКИЙ ВОЛЕЙБОЛ».**

**НОРМАТИВНО- ПРАВОВАЯ БАЗА:**

1.Конституция (основной закон) Российской Федерации.

2.Закон Российской Федерации «Об образовании».

3.Деклорация прав ребенка.

4.Конституция о правах ребёнка.

5.Закон от 24.07.1998 № 124- ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в

Российской Федерации».

6.Семейный Кодекс российской Федерации.

7.Государственные образовательные стандарты дошкольного образования.

8.СанПин.

**ПРОБЛЕМА:**

Отсутствие программы по обучению детей навыкам игры в волейбол.

Убыстрение темпа современной жизни ставит перед нами задачу более активно

использовать спортивные игры для подрастающего поколения. Сейчас, как

никогда, очевидно, что спортивные игры необходимы для обеспечения

гармоничного сочетания умственных, физических и эмоциональных нагрузок,

общего комфортного состояния детей. Очень ценно, что занятия спортивными

играми способствуют воспитанию положительных черт характера, создают

благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе,

взаимопомощи.

Обучению элементам спортивных игр в ДОУ уделяется незначительное

внимание ввиду отсутствия или недостатка материальной базы ( нет

спортивного оборудования). Для организации обучения спортивной игре в

волейбол не требуется больших материальных затрат и дорогостоящего

спортивного оборудования, тем более, игра «волейбол» популярна и интересна

детям старшего возраста, поэтому элементам данной игры можно и нужно обучать

в ДОУ.

**ЦЕЛЬ ПРОЕКТА:**

Создание и поэтапное внедрение программы по обучению детей старшего

дошкольного возраста элементам спортивной игры волейбол.

Родители и педагоги создают условия для:

- охраны и укрепления здоровья детей;

-развития и совершенствования функций всех органов и систем организма;

- формирования опорно-двигательного аппарата детей (правильная осанка, свод

стопы), развитие и укрепление различных групп мышц ( лица, глаз, шей, туловища,

рук, плечевого пояса, кистей, пальцев, ног, внутренних органов);

- совершенствования двигательных навыков и умений в основных видах движений

 и в упражнениях спортивного характера;

- развития психофизических качеств: выносливости, ловкости, быстроты, силы,

гибкости, двигательных способностей ( координация движений);

- формирование системы элементарных знаний:

1. о спортивных играх и спортивной игре «волейбол»

2.о технике выполнения элементам игры

**СУТЬ ИНИЦИАТИВЫ:**

Данный проект направлен на создание программы спортивная игра «Детский

волейбол» в ДОУ.

Программа рассчитана на детей от 5 до 7.

**ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:**

1.Разработать нормативно – правовую:

* разработать поэтапно – перспективный план по обучению элементам

спортивной игры «волейбол» в условиях ДОУ с учетом возраста детей.

* разработать критерии диагностики уровня физического развития для детей старшего дошкольного возраста.
* разработать цикл спортивных мероприятий для детей совместно с

родителями по закреплению навыков спортивной игры «волейбол».

2.Создавать условия для поэтапной апробации программы:

* приобретение спортивного оборудования.
* Приобретение дополнительной методической литературы по

 спортивным играм.

* Организация просветительской работы с родителями:

- родительские собрания

- конференции

- консультации

- наглядная информация

- участие в спортивных мероприятиях ДОУ (в развлечениях, спортивных досугах походах и в соревнованиях по спортивным играм)

3.Определить источники информации:

* Изучить результаты диагностики физического развития старшего

дошкольного возраста.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:**

1.Работа по программе (апробированная программа).

2.Выпуск в школу ребенка, имеющего элементарные представления о спортивной

игре «волейбол» и владеющего элементами данной спортивной игры.

**СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА:** 2 года.

**ЭТАПЫ ПРОЕКТА:**

1этап - подготовительный

Цель:

1) Разработать нормативно – правовую базу.

2) Разработать проект.

3) Разработать критерии диагностики по развитию физических качеств.

4) Разработать цикл спортивных мероприятий для детей совместно с родителями

по закреплению навыков спортивной игры «волейбол».

2этап – практический (см «План проектных мероприятий»)

Цель: Апробация, внедрение и отслеживание результатов реализации программы.

**РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОЕКТА:**

ИНТЕЛЕКТУАЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ:

Материальная база для поэтапного внедрения программы – детский сад №27

( старшие и подготовительные группы).

ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ:

Возможность взаимодействия со школами города, с ДОУ города, со спортивными

площадками города, с управлением по спорту и молодежной политике.

ФИНАНСОВЫЕ РЕСУРСЫ:

Для реализации проекта потребуются дополнительные внебюджетные средства

( приобретение спортивного оборудования, методической литературы).

МАТЕРИАЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ:

Создание предметно – развивающей среды в группах.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ:

1. Диагностические исследования уровня физической подготовленности

детей в середине и конце учебного года, сравнительный анализ с научными данными.

2.Составление картотеки конспектов занятий по обучению элементам спортивной

игры «волейбол».

**РЕЗУЛЬТАТ:**

Реализация проекта «Детский волейбол».

**ХАРАКТЕРИСТИКА РЕЗУЛЬТАТА:**

КАЧЕСТВЕННАЯ

* Расширение спектра дополнительных услуг для родителей – занятие

в спортивной секции «Детский волейбол» (бесплатно)

* Осознание взрослыми и детьми значение данной спортивной игры

для укрепления здоровья.

КОЛИЧЕСТВЕННАЯ

* Рост количества детей, имеющих высокий уровень физического развития.
* Рост количества детей, посещающих спортивные секции.
* Снижение уровня заболеваемости.

**МЕХАНИЗМ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТА:**

- Отслеживание результатов диагностики в течении всего периода внедрения

проекта через сравнительный анализ, наблюдения за изменением состояния

здоровья детей.

**ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ПРОЕКТА:**

- Возможность использования программы другими ДОУ.

**УСЛОВИЯ УСПЕШНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА:**

- при наличии нормативно – правовой базы;

- при организации взаимодействия с социумом;

- при созданной предметно – развивающей среде.

**ПОЭТАПНО – ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН**

 **ПО ОБУЧЕНИЮ ЭЛЕМЕНТАМ СПОРТИВНОЙ ИГРЫ**

 **«Детский волейбол».**

**ЦЕЛЬ:** Ознакомить детей с элементами спортивной игры волейбол, закладывать

азы правильной техники.

**ЗАДАЧИ:**

1. Способствовать совершенствованию деятельности основных физиологических

 систем организма.

2. Развивать физическую подготовленность детей.

3. Воспитывать положительные морально – волевые качества.

4. Формировать интерес к физической культуре и спорту.

**ЭТАПЫ:**

1.Подготовительный.

- Научить умению видеть мяч, быстро реагировать на его полет, развивать

 координацию движений.

2.Подводящий.

- Научить выполнять упражнения с мячом, которые применяются в волейболе:

* перебрасывать мяч друг другу ( сильно, высоко) и ловить его двумя

руками.

* отбивать мяч толчком двух ладоней в нужном направлении.

3.Основной.

-Учить перебрасыванию мяча через сетку с соблюдением правил:

* мяч в руках не задерживать, а отбивать его выше и сильнее, чтобы

перебросить через сетку.

* подавать мяч в игру не с угла, а с поля.

**СТРУКТУРА ЗАНЯТИЙ:**

**Вводная часть** – разминка + упражнения подводящие к изучению движений

 в основной части (4-6 мин) + разные виды ходьбы и бега, подвижные игры

малой подвижности, знакомые О.Р. У.

**Основная часть** – новый материал + повторение и закрепление известного

материала и совершенствование уже имеющихся двигательных навыков

( упражнения, игры, эстафеты).

**Заключительная** – ходьба в сочетании с дыхательными упражнениями

+ упражнения способствующие расслаблению разных мышечных групп или спокойная игра.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Задачи | Упражнения и подвижные игры |
| сентябрь | Старшая группа | Учить бросать мяч вверх, о землю и ловля его двумя руками; закрепить бросание мяча друг другу снизу, из – за головы и ловля его (L=1,5- 2 м.) в паре; развивать координацию движений, глазомер. | 1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. усл.- с хлопком.2.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола двумя руками.3. Бросание мяча друг другу способом руки снизу.П/и «Кого назвали тот ловит мяч»П/и «Ловишка с мячом.П/и «Забрось мяч в кольцо». |
| Подготовительная группа | Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы. Из положения сидя ноги скрестно; закрепить умение бросать мяч вверх, о землю и ловля его двумя руками; развивать глазомер, координацию движений, умение играть в паре. | 1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками с хлопком.2. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола двумя руками; усл.- с хлопком.3. Бросание мяча друг другу, снизу, из положения сидя ноги скрестно.П/и « Мяч в кольцо»П/и « Кого назвали тот и ловит» П/и «Ловишка с мячом».П/И «Охотники и зайцы». |
| октябрь | Старшая группа | Продолжать учить детей бросать мяч вверх и ловля его после отскока от пола; закрепить бросание мяча друг другу снизу в четверках; развивать мелкую мускулатуру рук , глазомер; учить играть по правилам; воспитывать взаимопонимание, дружелюбие. | 1. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола + бросать мяч как можно выше.2. Бросание мяча друг другу из положения руки снизу, в четверках.П/и «Белки – собачки»П/и «Веселый мяч»П/и «Сбей мяч» |
| Подготовительная группа | Продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу снизу через сетку; закрепить умение бросать мяч вверх и ловить его после отскока одной рукой, усл.- двумя с поворотом; развивать координацию движений, глазомер; воспитывать удовлетворение в двигательной активности. | 1. Перебрасывание мяча через сетку друг другу, снизу, в парах, усл.- перекрестно в четверках.2.Бросать мяч вверх и ловля его после отскока от пола одной рукой, усл. – с хлопком.3.Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола двумя руками с поворотом.П/и «Сбей мяч»П/и «Кого назвали тот и ловит»П/и «Белки – собачки»П/и «Веселый мяч» |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Задачи | Упражнения и подвижные игры |
| ноябрь | Старшая группа | Учить бросать мяч вверх, о землю и ловля его двумя руками в движении, усл – с хлопком; продолжать развивать умение перебрасывать мяч друг другу стоя на коленях способом от груди ( L= 2-3 м ); учить бросать мяч о стену и ловить его двумя руками, усл. – с хлопком; развивать мелкую мускулатуру рук, координацию движений, глазомер, ловкость. | 1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками в движении. усл.- с хлопком.2.Бросание мяча о стену и ловля его двумя руками + хлопок.3. Перебрасывание мяча друг другу от груди, стоя на коленях.П/и «Пятнашки с мячом»П/и «Кто дальше бросит мяч»П/и «Передал - садись ».П/и «Кошка – мышки» |
| Подготовительная группа | Учить перебрасывать набивные мячи друг другу способом от груди; закреплять умение перебрасывать мяч через сетку (L= 3-4м.); бросать мяч о стену и ловить его двумя руками, усл. с хлопком; продолжать учит играть в паре; развивать точность броска при игре в паре; воспитывать умение играть по правилам. | 1. Переброс набивного мяч от груди2. Переброс мяча через сетку.3. Бросать мяч о стену и ловить его двумя руками.4.Бросать мяч вверх с хлопком.П/и «Кто дальше бросит мяч»П/и «Передал - садись » П/и « Кошка - мышка».П/и «Мяч через сетку».П/и «Ловишка с мячом» |
| декабрь | Старшая группа | Учить перебрасывать мяч из одной руки в другую; продолжать развивать умение перебрасывать мяч друг другу сидя ноги скрестно « по-турецки» от груди; отрабатывать метание мяча через сетку « дугой» в паре, способом от груди, усл. –с хлопком; развивать координацию движений, глазомер, мелкую моторику рук; воспитывать взаимопонимание. | 1. Переброс малого мяча из одной руки в другую.2 Переброс мяча друг другу сидя ноги скрестно « по-турецки». 3.Метание мяча через сетку в паре, способом от груди + с хлопком.П/и «Охотники и утки»П/и «Передал садись»П/и «У кого меньше мячей»П/и «Ловишка смячом» |
| Подготовительная группа | Добиваться активного движения кисти руки при броске мяча через сетку, способом от груди, усл.- с хлопком; учить детей подавать подачи подбрасывая мячвверх; закрепить умение бросать и ловить мяч после отскока об стену; учить правила игры «Пушбол». | 1. Перебрасывание мяча через сетку в парах, способом от груди + с хлопком + в команде.2.Бросание мяча вверх двумя руками и ударяя ладошкой правой руки подавать вперед.3.Бросать мяч о стену и ловить его двумя руками + отбивая его руками.П/и «Мяч через сетку»П/и «Вышибалы»П/и «Ловишка с мячом»П/и «Пушбол». |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Задачи | Упражнения и подвижные игры |
| январь | Старшая группа | Продолжать учить детей перебрасывать мяч через сетку способом из – за головы, в даль; продолжать учить детей работать в паре, в тройках; закрепить умение вести мяч одной рукой врассыпную; развивать умение работать в группе; воспитывать доброжелательность, взаимопонимание. | 1. Переброс мяча через сетку на дальность ( на площадку)2. Переброс мяча через сетку в тройке, способом руки от груди.3.Введение мяча врассыпную, по залу. П/и «Слушай сигнал»П/и «Пятнашки с мячом»П/и «Веселый мяч».П/и «Сбей кеглю» |
| Подготовительная группа | Продолжать учить детей подавать подачи, подбрасывая мяч вверх; закрепить умение бросать мяч через сетку способом от груди, добиваясь активного движения кисти руки при броске; учить работать в тройках; развивать глазомер при метании мяча в цель, координацию движений; воспитывать внимание, умение играть по правилам. | 1.Переброс мяча через сетку в тройках.2. Подача мяча через сетку3. «Мяч в круг»- метание мяча в цель двумя руками, в четверках.П/и «Мяч в круг»П/и «Летучий мяч » П/и «Ловишка с мячом ».П/и «Волейбол». |
| февраль | Старшая группа | Учить перебрасывать мяч через сетку; развивать глазомер при метании в цель и при прокатывании мяча; развивать ловкость, внимательность, мелкую моторику рук; разучить правила игры «вышибалы»; воспитывать организованность, самостоятельность. | 1.Метание малого мяча в цель ( в корзину) L= 2,5-3 м.2. Переброс малого мяча через сетку в паре. 3. Прокатывание мяча в воротикиП/и «Попади в цель»П/и «Будь ловким»П/и «Вышибалы»П/и «Кошка-мышка» |
| Подготовительная группа | Закрепить умение подавать подачи; учить детей отбивать мяч кистями рук, работая в паре, добиваясь техники; отрабатывать умение вести мяч правой и левой рукой по прямой, врассыпную, стоя на месте, действовать по сигналу;развивать ловкость, внимательность. выдержку, настойчивость; воспитывать организованность, самостоятельность. | 1. Подача мяча через сетку.2. Отбивать мяч кистями рук, работая в паре на расстоянии друг от друга 2- 2,5 м.3.Ведение мяча по прямой, врассыпную, стоя на месте.П/и «Слушай сигнал»П/и «Мяч через сетку»П/и «Вышибалы»П/и Веселый мяч». |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Задачи | Упражнения и подвижные игры |
| март | Старшая группа | Учить детей бросать мяч о стену и ловля его после отскока от пола двумя руками; закреплять умение отбивать мяч одной рукой стоя на месте, вокруг себя, переходя с одного места на другое; учить детей работать в тройках развивая взаимопонимание ,чувство коллективизма. Закрепить правила в П/и, учит играть самостоятельно. | 1.Ударить мяч о стену и поймать после отскока от пола + с хлопком.2. Отбивание мяча на месте + вокруг себя + переходя с одного места на другое.3. Переброс мяча через сетку в тройках, способом от груди.П/и «Мяч над головой»П/и «Мяч через сетку»П/и «Бег за мячом ».П/и «Белки - собачки» |
| Подготовительная группа | Закрепить умение играть в паре, отрабатывать технику передачи мяча двумя руками через сетку; совершенствовать умение играть с мячом, действуя по сигналу; закрепить правила игры в волейбол; развивать ловкость, быстроту, точность, внимательность в П/и. | 1. Отбивать мяч кистями рук, работая в паре + через сетку.2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками в движении по кругу, боком приставным шагом + с хлопком3.Отбивание мяча стоя на месте, попеременно правой и левой рукой, двумя руками.П/и «Пушбол»П/и «Передал - садись» П/и «Ловишка с 2 мячами ».П/и «Гонка мячей».П/и «Волейбол» |
| апрель | Старшая группа | Продолжать учить метать мяч в даль через сетку, развивая глазомер упражнять в прокатывании набивного мяча по прямой, между предметами; закреплять умение перебрасывать мяч через сетку от груди, в паре; воспитывать интерес к спортивной игре. | 1.Метание мяча (мешочка) в даль через сетку двумя и одной рукой. 2 Прокатывание набивного мяча (вес 1 кг.) по прямой, между предметами.3.Переброс мяча через сетку способом от груди.П/и «Пушбол»П/и «Кто дальше»П/и «Кто скорее до мяча»П/и «Веселый мяч» |
| Подготовительная группа | Продолжать отрабатывать технику подачи мяча через сетку; развивать умение отбивать мяч кистями рук через сетку; совершенствовать метание мяча в горизонтальную цель; развивать организованность, самостоятельность;воспитывать дружелюбие, взаимопонимание. | 1 Метание мяча в цель (в обруч) в паре L= 4-5м. 2.Подача мяча через сетку.3. Отбивать мяч кистями рук через сетку.П/и Волейбол»П/и «Целься вернее»П/и «У кого меньше мячей»П/и «Белки – собачки». |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Задачи | Упражнения и подвижные игры |
| май | Старшая группа | Продолжать учить детей бросать мяч вверх и ловить его после отскока двумя руками; закреплять умение работать в паре, совершенствовать умение бросать и ловить мяч двумя руками, способом от груди; продолжать учить детей перебрасывать мяч через сетку; развивать ловкость, глазомер, взаимопонимание, дружелюбие.  | 1.Бросок мяча вниз, вверх и ловля его после отскока двумя руками.2 Передача мяча двумя руками от груди стоя в паре( сидя на коленях)3. Переброс мяча через сетку способом от груди.П/и «Пушбол»П/и «Ловишка с мячом»П/и «Мяч по кругу»П/и «Перестрелка ». |
| Подготовительная группа | Закрепить игру волейбол, правила игры, технику передачи мяча через сетку, подачи мяча через сетку с поля;Развивать ловкость, внимательность, быстроту реакции, дружелюбие, умение играть в команде; воспитывать чувство коллективизма. | 1.Подача мяча через сетку с поля2. Отбивать мяч кистями рук через сетку.П/и «Волейбол» |

**Конспект проведения**

**физкультурного занятия в старшей группе.**

**Секция «Школа мяча». Декабрь.**

**Задачи:** Учить перебрасывать мяч из одной руки в другую; закреплять умение бросать и ловить мяч двумя руками по ходу движения; продолжать развивать умение перебрасывать мяч друг другу сидя ноги скрестно «по-турецки» способом руки от груди; отрабатывать переброс мяча через сетку способом от груди (в игре). Развивать глазомер, двигательную активность, ловкость.

Воспитывать взаимопомощь, дружелюбие.

**Оборудование:** малый мяч по количеству детей, резиновый мяч по количеству детей, сетка волейбольная, два волейбольных мяча, бубен, свисток.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть занятияВремя | Содержание занятия | Дози-ровка | Организационно-методические указания |
| I ч.5-6 минут | Ходьба и бег врассыпную с малым мячом, действуя по сигналу, с выполнением упражнений для мелкой мускулатуры пальцев.И.М.П. «Ровным кругом»Дети встают в круг. Идут по кругу, проговаривая слова «Ровным кругом, друг за другом, мы идем за шагом шаг. Стой на месте! Дружно, вместе сделаем вот так!». По окончании слов выполняют упражнения с мячом по картам-схемам. | 2 мин.3 мин. | Ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, сохранять дистанцию в колонне по одному. Быть внимательным.Идут по кругу, выполняя коррекционные упражнения (ходьба на носках, на внешней стороне стопы, перекатом с пятки на носок, катая, сжимая мяч ладошками). |
| II ч.12-13 минут | Игровые упражнения.1. Переброс мяча из одной руки в другую.2. Бросание и ловля малого мяча по ходу движения.3. Переброс мяча друг другу, сидя ноги по-турецки, способом от груди L – 2м (выбор пары по желанию)П/и «У кого меньше мячей».Дети образуют две равные команды. Каждая из них берет по несколько мячей и располагается на своей стороне площадки (площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 130-150 см). дети обеих команд после сигнала стараются перебросить свои мячи на площадку противника. Выигрывает команда, на площадке которой после второго свистка находится меньше мячей. | 1 мин.2 мин.2 мин.8 мин. | Объяснить детям, что мяч следует подбрасывать невысоко, «дугой», ловить мяч не в прямые ладошки, а сделать «чашечку», расставив пальцы рук. Следить за полетом мяча глазами.Объяснить детям, что мячик нужно подбрасывать невысоко, ловить двумя руками с боков, сделав из них «ловушку».Объяснить детям. Что спину нужно держать прямо, мяч держать обеими руками, бросать мяч партнеру так, чтобы мяч, описав дугу, попал точно в руки партнера. Ловить мяч, сделав из рук «ловушку».Запрещается толкать друг друга, бросать мяч под сеткой, перебрасывать мяч одной рукой и из-за головы. |
| III ч. | И.М.П. «Передал – садись».Дети образуют несколько команд (2-3). Команды становятся в колонны за линией старта. Капитан каждой команды с мячом в руках становится напротив своей команды на L – 2-3 м. по сигналу капитан передает мяч первому игроку колонны, который ловит его, передает обратно капитану и приседает. Капитан, таким образом, передает мяч второму, третьему и всем остальным игрокам. Когда мяч передан капитану последним игроком, капитан поднимает мяч вверх над головой и вся команда быстро встает. Выигрывает та команда, которая раньше выполнила задание.Игра-превращение «Снежинки».Дети изображают снежинки и выполняют под музыку любые движения самостоятельно. По окончании музыки – расслабляются. | 3-4 мин.1 мин. | Объяснить детям, что если мяч не пойман игроком, то он обязан за ним сбегать, вернуться и передать мяч капитану. Мяч ловить кистями рук, широко расставив пальцы.Объяснить детям, чтобы они представили себя снежинками. Снежинки кружатся, летят, танцуют. По окончании музыки ложатся на пол расслабляются. |

**Конспект проведения**

**физкультурного занятия в старшей группе.**

**Секция «Школа мяча». Сентябрь.**

**Задачи:** Продолжать учить бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками, усложняя с хлопком; закреплять умение перебрасывать мяч друг другу стоя в паре способом руки снизу, L – 2 м.

Развивать глазомер, внимательность, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве.

 Воспитывать организованность, дружелюбие, умение работать в паре.

**Оборудование:** резиновые мячи по количеству детей, мяч среднего размера, свисток.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть занятияВремя | Содержание занятия | Дози-ровка  | Организационно-методические указания |
| I ч.5 минут | Ходьба и бег змейкой между предметами. И.м.п. «Будь внимателен»Дети идут по периметру площадки боковым приставным шагом. Ведущий бросает кому-либо мяч, тот должен его поймать. Не поймавший мяч получает штрафное очко. | 2 мин.3 мин. | Ходить и бегать в колонне по одному, соблюдая дистанцию, не наталкиваясь друг на друга, не задевая предметы.Объяснить детям, что мяч следует ловить кистями рук, образуя из пальцев половину полого шара, сбоку мяча, пальцы широко расставлены, амортизирующим движением подтянуть к себе |
| II ч.12-15 минут | Игровые упражнения:1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками, усложняя с хлопком, действуя по сигналу 12-15 раз.2. Бросать мяч вверх, об пол и ловля его двумя руками 10 раз подряд.3. Перебрасывание мяча друг другу способом руки снизу 8-10 раз со сменой места расположения.П/и «Ловишки с мячом».Дети встают в круг, водящий с мячом – ловишка – в центре. Дети проговаривают слова: «Раз, два, три – лови». После произнесения слов дети разбегаются по площадке, ловишка старается запятнать их мячом. Кого запятнали, выполняют общеразвивающий упражнения. После сигнала «Стоп, игра!» – игра прекращается. Подсчитывается количество пойманных игроков. Выполняется упражнение на дыхание.Игра повторяется 2-3 раза.П/и «Кого назвали – тот лови!».Дети ходят, бегают или прыгают на площадке. Ведущий держит мяч в руках. Он называет имя одного из игроков и бросает мяч вверх. Названный должен поймать мяч и снова бросить вверх, назвав имя кого-нибудь из детей. Бросать мяч надо не слишком высоко и в направлении ребенка, имя которого называется. | 1-2 мин.1 мин.2 мин.6-8 мин.3 мин. | Объяснить детям исходное положение: ноги на ширине плеч, руки с мячом перед собой; мяч подбрасывать перед собой невысоко, ловить кистями рук.Запрещается толкать друг друга, целиться и кидать мячом в голову.Запрещается толкать друг друга, ходить, бегать, прыгать на одном месте. Напомнить, как правильно ловить мяч.  |
| III ч. | И.м.п. «Большие – маленькие».Дети встают в круг. На сигнал «Большие» – дети встают на носочки и поднимают руки вверх, на сигнал «Маленькие» – выполняют полуприсед, руки на пояс.Игра – имитация «Ветер».Дети выполняют упражнения под слова стихотворения:Ветер дует нам в лицо,Закачалось деревцо.Деревцо все выше, выше,Ветерок все тише, тише. | 3 мин.2 мин. | Сначала роль ведущего выполняет инструктор по физвоспитанию, затем – ребенок. Напомнить, что надо быть внимательным.Встать врассыпную, четко проговаривать слова. |

**Конспект проведения**

**физкультурного занятия в подготовительной группе.**

**Секция «Школа мяча». Ноябрь.**

**Задачи:** Закрепить умение перебрасывать мяч в паре двумя руками друг другу способом от груди, усложняя через сетку, с хлопком; продолжать закреплять умение отбивать мяч двумя руками о стену.

Развивать глазомер при метании мяча в горизонтальную цель; способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве.

 Воспитывать взаимопонимание, командное чувство, дружелюбие.

**Оборудование:** резиновые мячи по количеству детей, кегли, волейбольный мяч, волейбольная сетка, флажки, свисток.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть занятияВремя | Содержание занятия | Дози-ровка  | Организационно-методические указания |
| I ч.5-6 мин. | Ходьба и бег между предметами с мячом, по ходу выполняя ОРУ:I. «Мяч вверх» (8 раз) И.п. – мяч в обеих руках,  хват с боков, перед грудью 1 – мяч вверх, 2 – И.п.II. «Мяч к плечу» (6-8 раз) И.п. – мяч в обеих руках у правого  плеча. 1 – мяч к левому плечу, 2 – И.п.III. «Повороты» (6-8 раз в кажд. стор.) И.п. – мяч в вытянутых руках перед  собой. 1 – поворот в правую сторону 2 – поворот в левую сторону.IV. «Наклоны» (8 раз) И.п. – мяч в вытянутых руках  вверху. 1 – наклон вниз 2 – И.п.V. «По коленям» (6-7 раз) И.п. мяч в вытянутых руках вверх 1 – согнуть правую ногу в колене,  мяч по колену 2 – то же, к левой ноге.VI. «Гуси» (0,5 круга) И.п. – полный присед,  мяч в вытянутых руках перед собой  VII. «Паучок» И.п. – стоя на руках и ногах,  мяч на животе, идти ногами вперед  (0,5 круга), назад (0,5 круга).VIII. Прыжки. Ноги вместе – ноги врозь (0,5 круга) |  | Соблюдать дистанцию в ходьбе и беге в колонне по одному.Держать мяч крепко обеими руками, хват с боков, пальцы широко расставлены.Руки не сгибать, соблюдать дистанцию.Ноги в коленях не сгибать, слушать ритм.Держать спину прямо, подъем ноги как можно выше.Держать спину прямо, мяч держать перед собой, в вытянутых руках, в локтях не сгибать.Идти, согласовывая движения рук и ног, мяч не держать.Мяч прижат к груди, ноги пружинят |
| II ч. | 1 Переброс мяча в паре способом от груди. Усложняя: через сетку, с хлопком.2. Отбивать мяч о стену,  с отскоком об пол.П/и «Сбей мяч».На пол кладут кольцо от кольцеброса и кладут туда мяч. Играющий отмеряет от него 10-15 шагов и останавливается. По сигналу игрок метает резиновый мячик в мяч, который лежит в кольцебросе.П/и «Мяч через сетку».Играющие делятся на 2 команды, которые свободно размещаются каждая на своем поле. Руководитель, стоя в середине площадки, подбрасывает мяч. Первой вступает в игру та команда, на стороне которой упадет мяч. Дети начинают игру, каждая команда старается забить гол. Играющий не имеет права перебрасывать мяч под сеткой. Команды играют до 5, 10, 15 очков. По окончании игры команды меняются полями.  | 1 мин.2 мин.2 мин.4-5мин.8-10 мин. | Посылать мяч активным движением кисти, одновременно разгибая ноги.Объяснить детям, что удерживая мяч на уровне груди, они бросают мяч, выпрямляя руки вверх с одновременным разгибанием ног. Объяснить детям, что мячик следует прокатить, а не бросить, прицелиться, сильно оттолкнуть мяч руками.Объяснить правила игры, технику подачи мяча, предупредить детей, что нельзя толкать друг друга, отбирать мяч друг у друга. Работать в команде слаженно, дружно. Мяч засчитывается, если он стукнулся об пол. |
| III ч. | И.м.п. «Веселый мяч».Дети стоят в кругу. Под музыку передают мяч по кругу друг другу, Проговаривая слова: «Ты катись, веселый мячик, быстро-быстро по рукам, у кого остался мячик, тот сейчас станцует нам». По окончании слов, тот, у кого остался мячик, выполняет танцевальные движения, остальные повторяют.Игра-потешка «Шалтай-болтай».Играющие сидят по кругу, проговаривая слова: «Шалтай-болтай сидел на стене, Шалтай-болтай свалился во сне. И вся королевская конница, и вся королевская рать не может Шалтая-болтая, Болтая-шалтая собрать». | 2-4 мин.1-2 мин. | Объяснить детям, что мяч нужно держать крепко кистями рук, не роняя его. Если мяч уронили, тот ребенок, у кого мяч выкатился из рук, подбирает его, и игра вновь продолжается.Сидя, дети расслабляют мышцы тела, покачиваясь из стороны в сторону. По окончании слов, ложатся на спину, руки и ноги в стороны. |