

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
Детский сад «Лесовичок» п.Ангарский**

**План работы клуба «Веселый мяч»  
в старшей группе на 2021-2022 у.г.**



**Актуальность** работы клуба заключается в том, что для удовлетворения потребности детей в двигательной активности в детском саду необходимо организовывать занятия физкультурно-спортивной направленности.

Важное место в системе физического развития детей дошкольного возраста занимают действия с мячом.

Мяч – удобная, динамичная игрушка, занимающая особое место в развитии действий рук. Первые игры с мячом бесценны по своей значимости для здоровья, эмоциональной достаточности, физического и интеллектуального развития маленького ребенка. На протяжении всего дошкольного детства игры с мячом усложняются и как бы «растут» вместе с ребенком, составляя огромную радость детства.

Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Игры с мячом пользуются у детей наибольшей популярностью, и это неудивительно. Мяч (большой или маленький) — это снаряд, который требует проворных рук и повышенного внимания. Сюжеты упражнений с мячом разнообразны. Мяч можно перебрасывать, надо уметь его ловить, мячом можно выбивать. Для детей мяч это круглый, легкий, упругий, привлекательный снаряд, нередко символизирует приобщение к спортивным играм: волейболу, баскетболу, футболу

**Цель-** обогащение двигательного опыта детей за счет усвоения разнообразных действий с мячом на достаточно высоком уровне.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- Научить детей владеть мячом на достойно высоком уровне.
- Познакомить дошкольников с историей игр.
- Учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.

**Воспитывающие:**

- Формировать интерес к физическим упражнениям с мячом.
- Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.
- Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

- Воспитывать выдержку, организованность, самостоятельность, творчество, фантазию.

**Развивающие:**

- Развивать координацию движений, выносливость, быстроту ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.

- Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, подача мяча, блокирование, разучить индивидуальную тактику.

-Развивать психофизические качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость.

-Развивать координацию движений; ручную умелость.

**Оздоровительные:**

- Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе и их эмоциональное благополучие;

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

**Возраст детей:** 5-6 лет.

**Методы:**

**Методы проведения занятий: словесные** (объяснение упражнения, указание, распоряжение и команда, рассказ, беседа);

**наглядные** (показ, имитация, звуковые и зрительные ориентиры, использование наглядных пособий, исполнение упражнений инструктором или детьми);

**практические** (упражнения, конкретные задания, игровые приемы, поддержка и помощь, соревнования).

**репродуктивные методы** (воспроизведение знакомых детям игр, упражнений в практической деятельности или в соревнованиях)

**Формы организации деятельности детей на занятии:** групповая совместная деятельность.

**Объём:** 36ч., 1 раз в неделю, продолжительность 15-20 минут.

**Календарно-тематическое планирование работы клуба**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1		Беседа, презентация.
2.	Броски мяча	18		18	
3.	Подбрасывание мяча	5		5	
4.	Перебрасывание мяча в парах	15		15	
5.	Перебрасывание мяча через сетку	6		6	

6.	Отбивание мяча	11		11	
7.	Забрасывание мяча в корзину	8		8	
8.	Катание мячей	7		7	
9.	Итоговое занятие	1		1	Развлечение «Разноцветный быстрый мяч» Спортивное развлечение с участием родителей «Веселые старты»
<b>Итого часов</b>		<b>72</b>	<b>1</b>	<b>71</b>	

<https://9.dou-lnk.ru/proforientatsiya/222-rabochaya-programma-shkola-myacha>

	Тест	Условия выполнения	Результат		
			Высокий уровень 3балла	Средний уровень 2 балла	Низкий уровень 1балл
1	Броски мяча	Расстояние 2, 5-3м	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза
2	Подбрасывание мяча	3-4м	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза
3	Перебрасывание мяча в парах	10м (не уронить мяч)	8-10м	5-7м	1-2м
1	Перебрасывание мяча через сетку	10с	Более 10 раз	5-7 раз	1-2 раза
2	Отбивание мяча	Время не ограничено	Более 10 раз	5-7 раз	1-2 раза

3	Катание мячей	Расстояние 10м (не потерять мяч)	10м	5м	1-2м
<b>Сумма баллов за тесты</b>			<b>27</b>	<b>18</b>	<b>9</b>