**Пояснительная записка**

**Актуальность:**

Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопие, вызывает задержку возрастного развития.

Чтобы удовлетворить потребность детей в двигательной активности в детском саду необходимо проводить дополнительные кружки по физическому развитию.

Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом 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 выработки хорошей осанки.

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

**Проблема:**

Поверхностный интерес родителей и детей к мячу, играм с ним.

«Дефицит» движений у детей дошкольного возраста

**Цель:**

1. Заинтересовать детей игрой с мячом.

3. Воспитывать умение играть с мячом, не мешая друг другу, ориентироваться на площадке.

4. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка. Воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность.

6. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту.

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

**Участники кружка:** Дети от 3 - 4 лет.

**Количество занятий:** 1 занятие в неделю, 4 занятия в месяц, 36 занятий в учебном году (с сентября по май).

**Место проведения:** спортивный зал МБДОУ, спортивная площадка.

**Используемый материал:** мячи резиновые диаметром 12 см. – 7 шт. и диаметром 16 см. – 7 шт.

**Срок реализации:** 1 год.

**Форма подведения итогов:** диагностическое обследование детей по усвоению программы

**Диагностические критерии:**

**Низкий уровень:** неуверенно выполняет упражнения с мячом. Не замечает своих ошибок. Не обращает внимание на качество действий с мячом. Не соблюдает заданный темп и ритм с мячом.

**Средний уровень:** технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Не совсем уверенно и точно выполняет действия с мячом в заданном темпе.

**Высокий уровень:** уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом.

**Предполагаемый результат:**

1. Дети смогут владеть мячом.
2. У детей выявятся улучшения показателей координации движений, выносливости, быстроты, ловкости, умение ориентироваться на площадке.
3. Дошкольники овладеют технико-тактическими действиями с мячом: передача мяча, прокатывание мяча, катание мяча друг другу, бросание мя­ча, перебрасывание друг другу.
4. Научаться понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила.

**Соответствие требованиям государственного образовательного стандарта.**

Работа кружка «Мой весёлый мяч», основана на нормативных документах, в том числе: санитарно – эпидемические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных учреждениях 2.4.1.3049 – 13

Федеральные государственные требования к структуре основной образовательной программе дошкольного образования, утверждённые приказом Министерства Образования и науки РФ 23.11.2009г. №655

**Организация образовательной деятельности:**

**На НОД и вне НОД:**

Действия с мячом: ловля, передача, прокатывание, катание друг другу; бросание мя­ча от груди, из-за головы, через шнур; перебрасывание друг другу.

**Работа с родителями:**

Дать знания родителям о том, что должны уметь дети в работе с мячом по программе.

Совместная деятельность детей и родителей эмоции от игр с мячом.

**Наглядная информация для родителей:**

* Папка «Мой весёлый звонкий мяч…» (содержит историю мяча, данные о современных мячах, рекомендации родителям по выбору мячей для детей, значение мяча для ребёнка, картотеку русских народных игр с мячом, упражнения с мячом и т. д.)
* Папка «Играем дома» (содержит творческие подвижные игры для дома, улицы, с мячом и т. д.)
* Папка «Физкультура – это здорово» (содержит подвижные игры для всей семьи, подвижные игры разных народов и т. д.)
* Пополнение картотек « Игры на улице»

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Задачи** | **Срок** |
| 1 | Выявить уровень владения детей мячом на начало учебного года  Подготовить детей к обучающему процессу.  Научиться управлять мячом, чувствовать его.  Дать детям возможность осознать и закрепить физические качества мяча (упругость, вес, объем, прыгучесть). | Сентябрь |
| 2 | Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении.  Обучать простым играм с мячом; развивать внимание и быстроту реакции. | Октябрь |
| 3 | Учить передавать мяч в игре друг другу; развивать быстроту.  Упражнять в прокатывании мяча в цель, в бросании мяча, формировать умение владеть мячом, развивать глазомер.  Контролировать мяч в движении, Формировать умение владеть мячом. | Ноябрь |
| 4 | Обучать простым играм с мячом; развивать внимание и быстроту реакции.  Развивать внимание и быстроту реакции. | Декабрь |
| 5 | Учить бросать и ловить мяч, перебрасывать мяч через препятствие на расстоянии, развивать глазомер, ловкость. | Январь |
| 6 | Тренировка меткости, ловкости, развитие координации движений, умения играть в мяч.  Развивать ловкость, быстроту движений.  Упражнять в метании, развивать меткость, глазомер. | Февраль |
| 7 | Развивать силу, ловкость, координацию движений; упражнять детей в бросании предметов на дальность.  Упражнять в метании, развивать меткость, глазомер.  Приобретение навыка бросания мяча, развитие ловкости, координации движений, умения различать цвета и величину предмета. | Март |
| 8 | Упражнять в метании, развивать меткость, глазомер, ловкость, быстроту движений.  Упражнять в ловле мяча, развивать внимание.  Тренировка точности движений в игре с мячом. | Апрель |
| 9 | Выявить уровень владения детей мячом на конец учебного года.  Упражнять в ловле мяча, развивать внимание.  Развивать глазомер, упражнять в бросании мешочков горизонтальную цель, на дальность, развивать меткость. | Май |

**Перспективное планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Мероприятия:** | **Цель:** |
| **Сентябрь** | 1. Диагностирование детей | Выявить уровень владения детей мячом на начало учебного года. |
| 1. Инструктаж по технике безопасного поведения в физкультурном зале. | Подготовить детей к обучающему процессу. |
| 1. Знакомство с мячом, его свойствами. | Дать детям возможность осознать и закрепить физические качества мяча. |
| 1. Закрепить физические качества мяча (упругость, вес, объем, прыгучесть). | Научиться управлять мячом, чувствовать его. |
| **Октябрь** | 1. Прокатывание мяча одной и двумя руками. | Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении. |
| 1. Катание мяча друг другу. | Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении. |
| 1. Подвижная игра «Прокати мяч» | Обучать простым играм с мячом; развивать внимание и быстроту реакции. |
| 1. Катание мяча под дугу. | Формировать умение владеть мячом, контролировать мяч в движении. |
| **Ноябрь** | 1. Прокатывание мяча стоя и сидя (расстояние 50 – 100 см.) | Контролировать мяч в движении, Формировать умение владеть мячом. |
| 1. Подвижная игра «Попади в воротца». | Упражнять в прокатывании мяча в цель, развивать глазомер. |
| 1. Бросание мя­ча вперед двумя руками снизу. | Упражнять в бросании мяча, формировать умение владеть мячом. |
| 1. Подвижная игра «Передай мяч» | Учить передавать мяч в игре друг другу; развивать быстроту. |
| **Декабрь** | 1. Бросание мя­ча вперед от груди. | Упражнять в бросании мячей вдаль. |
| 1. Бросание мя­ча вперед из–за головы. | Упражнять в бросании мячей вдаль, формировать умение владеть мячом. |
| 1. Подвижная игра «Мячики» | Обучать простым играм с мячом; развивать внимание и быстроту реакции. |
| 1. Подвижная игра «Лови мяч» | Развивать внимание и быстроту реакции. |
| **Январь** | 1. Бросание мяча через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1 м. | Учить перебрасывать мяч через препятствие на расстоянии, развивать глазомер, ловкость. |
| 1. Подвижная игра «Мяч в кругу» | Учить бросать и ловить мяч. |
| 1. Бросание мяча через шнур, натянутый на уровне груди ребёнка, с расстояния 1,5 м. | Учить перебрасывать мяч через препятствие на расстоянии, развивать глазомер, ловкость. |
| 1. Подвижная игра «Всё дальше и выше» | Развитие ловкости, умения ловить мяч. |
| **Февраль** | 1. Бросание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребенка. | Учить перебрасывать мяч через препятствие на расстоянии, развивать глазомер, ловкость. |
| 1. Подвижная игра «Беги, лови» | Развивать ловкость, быстроту движений. |
| 1. Метание большого мяча | Упражнять в метании, развивать меткость, глазомер. |
| 1. Подвижная игра «Кто попадёт» | Тренировка меткости, ловкости, развитие координации движений, умения играть в мяч. |
| **Март** | 1. Метание шишек на дальность правой и левой рукой. | Развивать силу, ловкость, координацию движений; упражнять детей в бросании предметов на дальность. |
| 1. Подвижная игра «Кидаем мячики» | Приобретение навыка бросания мяча, развитие ловкости, координации движений, умения различать цвета и величину предмета. |
| 1. Метание большого мяча в горизонтальную цель — двумя руками. | Упражнять в метании, развивать меткость, глазомер. |
| 1. Подвижная игра «Кто дальше бросит» | Развивать силу, ловкость, координацию движений; упражнять детей в бросании предметов на дальность. |
| **Апрель** | 1. Метание малого мяча правой (левой) рукой с расстояния 1 м. | Упражнять в метании, развивать меткость, глазомер. |
| 1. Подвижная игра « Мяч в ворота» | Тренировка точности движений в игре с мячом. |
| 1. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50 см. | Упражнять в ловле мяча, развивать внимание. |
| 1. Подвижная игра «Беги, лови» | Развивать ловкость, быстроту движений. |
| **Май** | 1. Метание набивных мешочков на дальность. | Развивать глазомер, упражнять в метании мешочков на дальность; развивать меткость. |
| 1. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 100 см. | Упражнять в ловле мяча, развивать внимание. |
| 1. Подвижная игра «Самый меткий» | Развивать глазомер, упражнять в бросании мешочков горизонтальную цель; развивать меткость. |
| 1. Диагностирование детей | Выявить уровень владения детей мячом на конец учебного года. |

**Используемая литература:**

1. Образовательная программа МБДОУ «Детский сад №11 г. Калининска Саратовской области», составленная на основе примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой. Москва 2011г.
2. Санитарно – эпидемические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных учреждениях 2.4.1.3049 – 13
3. Федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программе дошкольного образования, утверждённые приказом Министерства Образования.
4. Воротилкина И.М. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» - издательство НЦ ЭНАС, 2004.
5. Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с мячом для детей 3-4 лет» - «Детство-пресс»,2009.
6. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей младших дошкольников» - издательство «Детство-пресс», 2010.