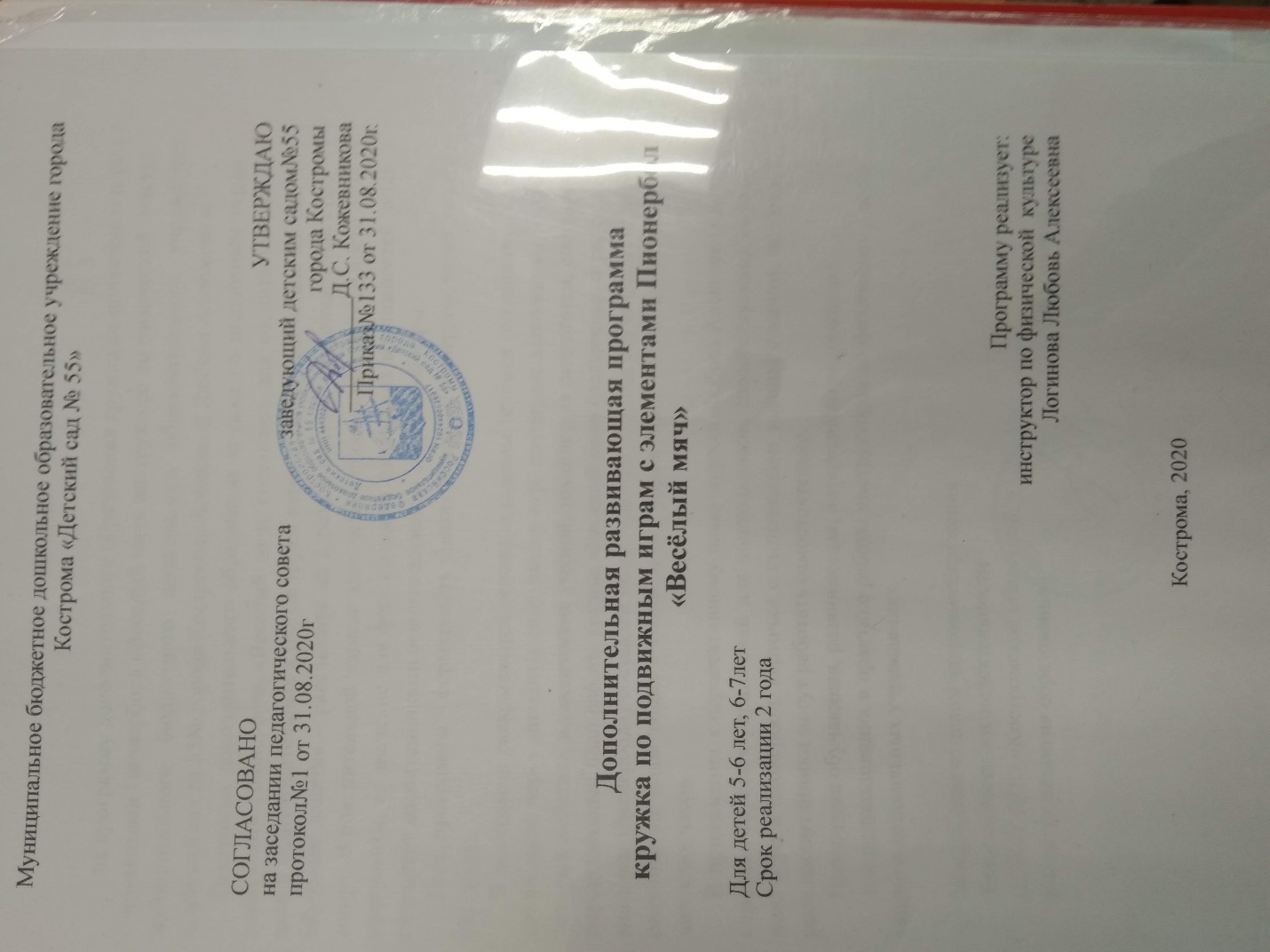
****

**Пояснительная записка**

На современном этапе общественного развития главенствующее значение имеет формирование здоровой, социально активной, гармонически развитой личности. Программа «Весёлый мяч» относится к физкультурно-спортивной направленности.

Основными направлениями деятельности учебно-спортивной работы являются:

• укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта;

• воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности;

• развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;

• воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и спортивной деятельности;

• участие в соревнованиях.

Программа «Весёлый мяч» направлена не только на физическое развитие ребенка, но и на психо-эмоциональное и социальное развитие личности.

**Актуальность программы** **«Весёлый мяч»** заключается в том что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей.

Пионербол – это увлекательная и массовая подвижная игра. Она проста, эмоциональна и отличается высоким оздоровительным эффектом. Чтобы играть в пионербол, нужно быстро бегать, мгновенно изменять движения по направлению и скорости, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью, выносливостью. Выполнение движений с мячом сопровождается эмоциональным напряжением, выявляет активизацию деятельности сердечнососудистой и дыхательной систем. Игра развивает мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство, способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц.

**Практическая значимость** для обучающихся во время действий с мячомсоздаются условия для включения в работу левой руки, что важно для ребёнка дошкольного возраста. Специальные упражнения с мячом различного объёма развивает крупные и мелкие мышцы, увеличивает подвижность суставов. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, что способствует выработки хорошей осанки. Упражнение в бросании, ловле, катании и метании способствует развитию глазомера, координации, ловкости, согласованности движений. Игра в пионербол способствует формированию умений у детей самостоятельно принимать решения относительно применения движений в зависимости от условий игры: ребёнок должен самостоятельно подобрать соответствующий способ движения, найти удобное место для его осуществления.

**Педагогическая целесообразность**

*Проведение занятий с использованием разных техник овладением мяча:*

Развивает уверенность в своих силах и возможностях, которые позволят ребёнку успешно применять приобрет1нные навыки . Способствует развитию физических качеств, которые в дальнейшем позволят овладеть элементами спортивной игры в Пионербол.

Спортивна игра Пионербол – командная игра. Спортивные игры приучают детей действовать в команде, воспитывают выдержку, а так же являются средством оптимального решения задач физического воспитания. Спортивная игра даёт возможность испытать свои силы и убедится в успешности действий.

**Новизной и отличительной особенностью программы «Весёлый мяч»**

заключается в том, что она предназначена для детей, с разноуровневой физической подготовленностью и не предполагает специального отбора, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Особенностью программы является то, что она, основываясь на курсе обучения игре в пионербол, раскрывает обязательный минимум учебного материала для такого рода программ. Курс обучения игре в пионербол и технические приемы, которые в ней задействуются, содержат в себе большие возможности не только для формирования двигательных навыков у детей и развития их физических способностей, но и также служат примером нравственного воспитания дошкольников. Игра в пионербол развивает у детей стремление к познанию, вырабатывает волю и характер, формирует чувство коллективизма, и способствует становлению личности.

**Цель программы –** формирование умения играть в пионербол, через подвижные игры.

**Основные задачи программы:**

**Развивающие:**

Развивать ловкость, координацию, ориентировку в пространстве.

**Воспитательные:**

* Воспитывать положительные морально-волевые качества, дружеское отношение к сверстникам, умение играть в команде.
* Формировать у детей интерес к физической культуре и спорту, знание об игре Пионербол

**Образовательные*:***

* Учить владеть мячом и применять основные приёмы в игре Пионербол.
* Совершенствовать деятельность основных физиологических систем организма и двигательную реакцию.

**Основные принципы:**

1. **Принцип сознательности и активности.** Этот принцип отражает необходимость развития мотивации к обучению и стимулирования учебной деятельности. В основе этого принципа лежит понимание того, что без усилий со стороны обучаемых процесс обучения не будет иметь результатов. Обучение должно быть осознанным, осмысленным, целенаправленным с точки зрения обучаемого.

2**. Принцип систематичности и последовательности** придает системный характер процессу обучения, что является необходимым условием эффективности любого воздействия. В результате обучения у дошкольника должна сформироваться четкая, система взаимосвязанных закономерностей и понятий. Система знаний должна создаваться в логической последовательности и в той же последовательности предлагаться к восприятию воспитанникам.

**3.Принцип доступности** подразумевает разработку содержания процесса обучения с учетом возможностей воспитанников. Важным условием доступности является правильная последовательность преподнесения учебного материала.

**Методы обучения**: практические, словесные, наглядные.

**Формы обучения**: групповые занятия

**Средства:**

* Специальные упражнения с мячом
* Подвижные игры с мячом
* Игры через сетку
* Эстафеты. Соревнования

**Режим организации занятий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **продолжительность занятия** | **периодичность в неделю** | **количество часов в неделю** | **общее количество часов в год** |
| 30 мин | 2 | 1час | 34 |

**Прогнозируемые результаты**

По окончании курса дошкольники должны:

* владеть понятием «Техника игры»,
* знать правила игры в Пионербол
* владеть основными техническими приемами на площадке
* применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий пионерболом
* умение владеть техникой ведения мяча разным способами
* умение играть в команде соблюдая правила игры

Для отслеживания и оценивания результатов обучения по про­грамме «Весёлый мяч», используются соревнования, спортивные досуги, развлечения

**Учебно-тематический план.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | | **№**  **п/п** | | **Тема занятия, содержание** | | **К/ЧС** | | **Задачи** | |
| **С**  **Е** | | 1. | | Инструктаж по ТБ на занятиях кружка «Веселый мяч».  Беседа « Ключ к секретам мастерства». ОРУ с м/мячом. Упражнения с мячом в парах. П/игра «Охотники и утки» | | 1 | | 1.Познакомиться с ТБ и правилами поведения на занятиях кружка  2. Познакомить со спортивными играми с мячом (Пионербол)  3. Способствовать развитию мелкой моторики, мышц плечевого пояса, развивать ловкость и координацию. | |
| **Н**  **Т**  **Я**  **Б**  **Р**  **Ь** | 2-3 | | Передачи мяча в парах. ОРУ с мячом в парах. Беговые упражнения. Передачи мяча в парах. П/игра «У кого больше мячей» | | 2 | | 1.Учить ловить мяч, делая шаг на встречу.  2.Развивать скоростно-силовые качества, координацию.  3.Воспитывать умение выполнять правила игры в команде сверстников. | |
| 4-5 | | Передачи мяча в парах. Бег лицом, спиной вперед, левым/правым боком, с максимальной скоростью. П/игра «Охотники и утки» М.п. игра «Статуя» | | 2 | | 1.Учить ловить и бросать мяч точно в руки партнёра.  2.Развивать скоростно-силовые качества, координацию.  3.Воспитывать умение слышать и выполнять упражнения правильно. | |
| 6 | | О.Р.У. с м/мячами. Беговые упражнения. Броски и ловля мяча в колоннах с выходом под мяч. Эстафеты с мячом и обручем. | | 1 | | 1.Учить ловить мяч делая шаг вперёд, в право/лево. | |
| **О**  **К**  **Т**  **Я**  **Б**  **Р**  **Ь** | 7-8 | | Броски мяча двумя руками снизу, из-за головы и одной рукой от плеча по горизонтальной мишени с расстояния 1-2м. Перебрасывание мяча через шнур (высота 1,5м), стоя в 2м от шнура. П/игра «У кого больше мячей» | | 2 | | 1.Учить бросать мяч вдаль через шнур двумя руками, одной рукой от плеча.  2.Совершенствовать физические качества. | |
| 9-10 | | Элементы пионербола. Знакомство с правилами, размещения на площадке. Передача двумя руками снизу, из-за головы из зоны 6 в зону 2, с последующим броском через шнур натянутый на высоте 1.2 м. П/игра «Зевака» | | 2 | | 1.Учить технике ведения мячом.  2.Развивать ловкость, координации.  3.Воспитывать внимание , умение общаться со сверстниками. | |
| 11 | | Элементы пионербола. О.Р.У. с мячом, в движении. Беговые упражнения с заданиями на внимание. Бег из зоны 6 в зону 3 с последующим броском мяча в зону 2. П/игра по выбору. | | 1 | | 1.Развивать скоростно-силовые качества.  2.Совершенствовать технику владения мячом.  3.Воспитывать внимание. Умение выбрать игру и играть по правилам. | |
| 12-13 | | Передача мяча. О.Р.У. с м/мячом. Бег с изменениями направлений. Передача мяча сверху двумя руками в парах, тройках, через шнур натянутый на высоте 1,5м. П/игра «Снайперы» и «Воробей, ворона, страус» | | 2 | | 1.Учит выполнять точно бросок, рассчитывая силу.  2.Развивать мелкую моторику, ловкость, быстроту, координацию.  3.Воспитывать способность преодолевать трудности. | |
|  | 14-15 | | Напомнить правила Пионербола, размещение на площадке. Выполнить перемещение по зонам в шаге и бегом, приставными шагами, спиной вперёд. Учебная игра без перемещений по упрощенным правилам. Разобрать ошибки. | | 2 | | 1.Развивать физические качества.  2.Совершенствовать технику владения мячом.  3.Воспитывать умение играть по правилам, внимание. | |
|  | | 16 | | Передачи мяча. Передачи мяча в парах через шнур натянутый на высоте 1,5 м. Бросок мяча из зоны 1 через шнур. П/игра «У кого больше мячей» и «Снайперы» | | 1 | | 1.Развивать физические качества  2.Совершенствовать технику владения мячом.  3.Воспитывать умение играть в коллективе. | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | **№**  **п/п** | **Тема занятия, содержание** | **К/ЧС** | **Задачи** |
| **Н**  **О**  **Я**  **Б**  **Р**  **Ь** | 17 | Прыжки через скакалку. Упражнения в парах с набивными мячами. Учебная игра «пионербол» по упрощенным правилам, без сетки и переходом. П/игра « муравейник» | 1 | 1.Учить играть в команде соблюдая правила.  2.Развивать ловкость, силу, координацию.  3. Совершенствовать технику владения мячом. |
| 18-19 | Напомнить и разобрать правила игры Пионербол . Выполнить перемещения по зонам 1-2-3-4-5-6, в шаге и бегом. П/игра « У кого больше мячей», «Пионербол». М.П/игра «Статуя» | 2 | 1.Учить выполнять перемещения по зонам площадки.  2.Развивать физические качества ловкость, , силу, координацию.  3.Воспитывать умение играть по правилам в команде сверстников. |
| 20 | Передачи мяча:  - над собой и через шнур натянутый на высоте 1,5 м;  - в парах, тройках;  -ловля мяча в прыжке, с подачи педагогом;  - самостоятельные упражнения с малыми мячами.  Эстафеты беговые, с мячом и обручем. | 1 | 1.Учить передаче мяча из разных и.п., разными способами.  2.Развивать ориентировку в пространстве, специальные качества( быстрота ответных действий и перемещений).  3.Воспитывать внимание. |
| 21-22 | ОРУ с массажными мячами. Передача мяча в мишень на стене (один бросает, другой ловит), сохраняя точность передач. Передача мяча через сетку в зону 6, из зоны 6 в зону 4.  Учебная игра «пионербол». П/игра по выбору. | 2 | 1.Учить выполнять передачи точно в руки друг другу и через сетку.  2.Совершенствовать технику владения мячом в игре пионербол.  3. .Воспитывать умение играть в команде, соблюдая правила. |
| 23-24 | Разминка с мячами в движении.  Беговые упражнения. Прыжки через скакалку. П/игра « Охотники и утки», «Зевака», «Муравейник» | 2 | 1.Развивать физические качества.  2.Формировать навыки владения мячом.  3. Воспитывать чувство уверенности в себе. |
| 25 | Разминка в движении. Передачи в парах волейбольного мяча.  П/игра «Бомбардиры», «Муравейник» | 1 | 1.Развивать физические качества.  2. Формировать навыки владения мячом.  3. Воспитывать чувство уверенности в себе. |
| месяц | **№**  **п/п** | **Тема занятия, содержание** | **К/ЧС** | **Задачи** |
| **Д**  **Е**  **К**  **А**  **Б**  **Р**  **Ь** | 26 | Беговые упражнения в игре «Чай-чай выручай» и « Дни недели»  Упражнения с набивными мячами.  Учебная игра «пионербол». Анализ ошибок. | 1 | 1.Развивать скоросто-силовые качества.  2.Совершенствовать технику владения мячом и ориентировку в пространстве, в игре.  3. Воспитывать умение играть по правилами |
| 27-28 | Беговые упражнения в игре. Сочетание перемещений с выполнением бросков и ловли мяча. Упражнения с мячом в колоннах. Учебная игра «пионербол». П/игра по выбору. | 2 | 1.Учить играть в Пионербол по правилам.  2. Совершенствовать технику владения мячом и ориентировку в пространстве.  3. Воспитывать внимание, чувство уверенности. |
| 29 | Упражнения с воланами, элементы бадбинтона. П/игра «Удочка» | 1 | 1.Развивать физические качества.  2.Познакомится с игрой Бадбинтон |
| 30 | Рассказать об игре бадбинтон. Показать как держать ракетку.  Отбивать волан на месте, в парах П/игра по выбору. | 1 | 1.учить отбивать волан, держать правильно ракетку.  2.Развивать ловкость, координацию.  3. Воспитывать внимание, интерес к спортивным играм. |
| 31 | Ходьба и бег с заданиями.  ОРУ в движении. П/игра «Веселые старты». | 1 | 1.Совершенствовать двигательную технику.  2. Воспитывать умение играть в команде. |
| 32 | ОРУ с М/мячами. Упражнения в парах с мячом.  Катание друг другу набивного мяча. П/игра « У кого больше мячей», «Охотники и утки» | 1 | 1.Развивать ловкость, силу, координацию.  2. Совершенствовать технику владения мячом |
| **Я**  **Н**  **В**  **А**  **Р**  **Ь** | 33-34 | ОРУ с мешочками для метания.  Метание в цель. Бросание и ловля мяча от стены с различными заданиями. П/игра « Зевака» и «Космонавты» | 2 | 1.Развивать физические качества.  2. Закрепить навыки метания.  3. Совершенствовать технику владения мячом |
| 35-36 | Элементы Пионербола.  Передачи от груди. П/игра «Снайперы», и «брось-поймай». | 2 | 1.Учить выполнять точно передачи мяча.  2. Развивать ориентировку в пространстве, скоросто-силовые качества. |
| 37-38 | Беговые упражнения, бег на выносливость. Прыжки через скакалку. . П/игра «Удочка».  Передачи, игра в тройках. П/игра по выбору. | 2 | 1.Равивать скоросто-силовые качества.  2. Совершенствовать технику владения мячом |
| **Ф**  **Е**  **В**  **Р**  **А**  **Л**  **ь** | 39-40 | Бросок мяча через сетку в прыжке. Пионербол по правилам. П/игра по выбору. | 2 | 1.Учить управлять мячом.  2.Совершенствовать точность передач.  3.Воспитывать внимание, умение играть в команде. |
| 41 | Бросок мяча в стену, сетку и ловля его двумя руками. Пионербол | 1 | 1.Учить точности передачи мяча.  2. Развивать ориентировку в пространстве |
| 42 | ОРУ с М/мячами. Подача в игре. Пионербол. П/игра «Воробей, ворона, страус» | 1 | 1.Развивать физические качества.  2. Воспитывать внимание, умение играть в команде |
| 43 | Ловля и передача мяча двумя руками от груди, из-за головы. Игра «Снайперы» П/игра» Зевака» МП/игра «Хочешь быть моим мячом?» | 1 | 1.Учить ловить мяч, точно выполнять передачи.  2. Развивать ловкость, координацию.  3. Воспитывать внимание и доброжелательность. |
| 44 | Беговые упражнения, бег на выносливость. Передача мяча из зоны 1 в зону 2, из зоны 2 в зону 4. Пионербол | 1 | 1. Развивать физические качества 2. Совершенствовать технику владения мячом |
| 45-46 | Игра между командами Пионербол.  Игра с мячом по выбору. Игра «Муравейник» | 2 | 1.Развивать физические качества.  2. Воспитывать внимание, умение играть в команде |
| **М**  **А**  **Р**  **Т** | 47 | Беговые упражнения. Бег на выносливость. Упражнения в парах с мячом:  - бросок над собой партнеру;  - бросок в пол и ловля после отскока от пола;  -прокатывание мяча из разных и.п.  П/игра «Охотники и утки» | 1 | 1.Развивать ориентировку в пространстве.  2 .Совершенствовать технику владения мячом.  3.Воспитывать умения играть по правилам. |
| 48 | ОРУ со скакалкой. Прыжки через скакалку. П/игра «Удочка».  Эстафета с мячом «Передал садись»  Пионербол. | 1 | 1.Развивать выносливость, ловкость.  2.Воспитывать выдержку, быстроту реакции. |
| 49-50 | Разминка с мячами в ходьбе, беге по кругу, по диагонали. Упражнения с мячом у стены, стоя в колоне: один бросает мяч в стену, сверху из-за головы, второй ловит и тд. Пионербол Игра «Муравейник», «Статуя» | 2 | 1.Учить осознанно воспринимать двигательную задачу.  2.Развивать ловкость, координацию.  3. . Воспитывать внимание, умение играть в команде |
| 51 | Беговые упражнения, бег на выносливость  Упражнения в парах с мячом:  - бросок над собой партнеру;  - бросок в пол и ловля после отскока от пола;  -прокатывание мяча из разных и.п.  П/игра «Охотники и утки» | 1 | 1.Развивать ориентировку в пространстве.  2 .Совершенствовать технику владения мячом.  3.Воспитывать умения играть по правилам. |
| **М**  **А**  **Р**  **Т** | 52 | Беговые упражнения. Перемещения из одной зоны в другую из заданиями. Передача мяча через сетку разными способами. П/игра Пионербол.»мы веселые ребята» | 1 | 1.Учить играть соблюдая правила.  2.Совершенствовать двигательные навыки. |
| 53-54 | ОРУ с М/мячом. Упражнения в парах, тройках, колоннах с мячом. П/игра Пионербол. Подведение итогов: анализ выполнения правил игры, ошибки. Повтор правил игры, расположение игроков на площадке.МП/игра «Стойкая палочка» | 2 | 1.Учить выполнять передачи точно в руки партнера.  2.Развивать двигательные навыки  3.Воспитывать умения владеть собой, внимание, действовать в команде. |
| **А**  **П**  **Р**  **Е**  **Л**  **Ь** | 55 | Круговая тренировка (выполнение разных заданий на разные виды движения). П/игры «Мы веселые ребята», «Муравейник», по выбору | 1 | 1.Развивать физические качества.  2.Воспитывать уверенность в себе. |
| 56-57 | Ходьба и бег с заданиями. Элементы бадминтона:  -стойка и перемещения;  - бросок волана через сетку отбить ракеткой;  -удар ракеткой снизу (воланы привязаны к веревке на высоте пояса);  -удар ракеткой снизу (без веревки)  П/игры «Попади в обруч», «Муравейник», | 2 | 1.Учить правильно держать ракетку, основным способам ударов.  2.развивать подвижность и эластичность суставов, координацию.  3.Воспитывать внимание, выдержку. |
| 58 | ОРУ с воланом. Беговые упражнения. Упражнения в парах:  - один подбрасывает волан рукой - вперед, а другой отбивает его ракеткой;  \_ тоже через сетку;  - отбивать волан ракеткой вверх.  П/игры «Ловушка», «Чай, чай выручай» | 1 | 1.Развивать физические качества.  2.Воспитывать уверенность в себе |
| 59-60 | Ходьба и бег с заданиями. ОРУ с Б мячом в парах. Передача мяча в парах. П/ игра «У кого больше мячей». Пионербол. | 2 | 1.Развивать ловкость, координацию, ориентировку в пространстве.  2. Совершенствовать технику владения мячом.  3. .Воспитывать умения самостоятельно принимать решения в игре. |
| 61-62 | Ходьба и бег с заданиями. Передача мяча через сетку из зоны 3 или 2, передачи мяча в прыжке. Пионербол тренировочные игры. Анализ ошибок. П/игры «Муравейник», | 2 | 1.Учить понимать какие действия и условия являются целесообразными.  2.Развивать двигательные навыки  3.Воспитывать умения владеть собой, внимание, действовать в команде |
|  |  |  |  |  |
| **М**  **А**  **Й** | 63-64 | Разминка в движении с мячом. Эстафета с мячом. Подача мяча из зоны 1. П\Игры «Снайперы», «Охотники и утки», Пионербол. | 2 | 1.Развивать физические качества.  2 .Совершенствовать технику владения мячом.  3.Воспитывать умения играть по правилам |
| 65-66 | Игра Пионербол между группами. П/ игры по выбору. | 2 | 1. Воспитывать умения играть по правилам 2. Осознанно относится к выполнению правил игры. |
| 67 | «Веселые старты» Эстафеты с мячом, обручем, беговые | 1 | 1.Развивать физические качества.  2. .Воспитывать умения стремится к победе. |
| 68 | ОРУ с воланом. Беговые упражнения. Упражнения в парах:  - один подбрасывает волан рукой - вперед, а другой отбивает его ракеткой;  \_ тоже через сетку;  - отбивать волан ракеткой вверх.  П/игры «Ловушка», «Чай, чай выручай» | 1 | 1.Развивать физические качества.  2.Воспитывать уверенность в себе |

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ПРОГРАММЕ «ВЕСЁЛЫЙ МЯЧ»**

**Условия реализации программы**

Программа может быть успешно реализована при наличии следующих материалов и оборудования:

* Спортивный зал
* магнитофон,
* мячи резиновые (больших и малых размеров по кол-ву детей),
* сетка волейбольная,
* воланчики для бадминтона ,
* обручи для забрасывания мячей,
* гимнастические скамейки,
* скакалки по кол-ву детей.

# ЛИТЕРАТУРА

1. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения" под ред. Ю.Д.Железняка и Ю.М.Портного.2014 г.
2. Подвижные и спортивные игры с мячом. Методическое пособие под ред: Киселев П. А., Киселева С. Б. 2015г.
3. «Школа мяча» методическое пособие под ред. Николаева Н.И. 2012г.

# «Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ» Колмыкова Л.А. Мелехина Н.А. 2012г

# 300-соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию.- Гуревич И.А. Минск, «Высшая школа», 1994год

# «Игры с мячом», Гришин В.Г. –М: «Просвещение»,1982год

# «Малоподвижные игры и игровые упражнения» Борисова М.М., М: «Мозаика-Синтез», 1996год.

# «Спортивные игры и упражнения в детском саду» , Адашкявичене Э.Й., - М: «Просвящение», 1992год

# «Играй в мини-волейбол», Фурманов Г.А. , -М: «Советский спорт», 1989год

# 

**ПРИЛОЖЕНИЕ**