

Принято
на заседании педагогического совета
МКДОУ «Детский сад» «Рябинка»
Протокол №1 от 30.08.2024

Утверждаю
Заведующая МКДОУ
«Детский сад» «Рябинка»
Савченкова Е.П.
Приказ №1 от 02.09.2024

Перспективный план работы объединения по интересам «Школа мяча» в старшей группе

ТЕМА	ЦЕЛЬ	СОДЕРЖАНИЕ
Сентябрь		
Обследование детей –диагностика.	Инструктаж по технике безопасности поведения в физкультурном зале	Знакомство с детьми. Инструктаж по технике безопасности с мячами в спортзале. Обследование детей - диагностика. Итог.
Знакомство с мячом	Подготовить детей к обучающему процессу	Беседа о пользе упр. с мячом. Экскурсия в музей мяча. Спортивные упражнения с понравившимися мячами. Итог. Уборка мячей на свои места.
Октябрь		
Такие разные мячи.	Познакомить с разными мячами, историей возникновения мячей на Руси.	Беседа об истории возникновения мячей на Руси. Посещение музея мяча – рассматривание мячей. Подвижные игры с понравившимися мячами. Итог.
Игры с малым мячом.	Учить владеть техникой игры с малым мячом.	1. Построение. Ходьба, бег, ходьба с мячом. 2. ОРУ с малым мячом. 3. Спортивные игры: «Закати мяч», «Чей мяч улетит дальше», «Мяч об пол». 4. Подвижная игра «Зайчик». 5. Итог.
Зарядка с малым мячом.	Обучить разнообразным обще-развивающим упражнениям.	Ходьба, бег, ходьба с передачей мяча вокруг себя, с подбрасыванием и ловлей мяча. ОРУ с мячом. Спортивные упражнения: «Чей мяч дальше», «Докати до стены», «Закати мяч в обруч». Подвижная игра «Охотники». Итог. Ходьба. Уборка мячей.
Эстафеты с малым мячом.	Воспитывать дружеские взаимоотношения	Ходьба, бег, ходьба с заданием (мяч подбросить вверх, ударить об пол) Эстафеты с мал. мячом: «Передай мяч» «Из обруча в обруч» «Мяч в корзину» «Попади в круг». Под. игра «Гонка мячей».
Ноябрь		
Зарядка со средним мячом.	Развивать гибкость, применяя обще-развивающие упражнения.	1. Построение. Ходьба, бег с перешагиванием через мячи. 2. ОРУ со средним мячом. 3. Спортивные упражнения с мячом. Карточка №1. 4. П. игра «Шлёпанки».

Игры со средним мячом.	Обучать основным приёмам владения мячом.	1.Ходьба, бег, ходьба. 2. Подвижные игры: «Мяч в кругу» «Шмель» «Бильярд» «Стоп» М. подвижная игра «Мяч навстречу мячу». 3.Итог.
Эстафеты со средним мячом.	Воспитывать желание помочь товарищу по команде.	1.Разминка с мячом. Ходьба, бег, прыжки. 2.Эстафеты: «Поймай мяч» «Попади в цель», «Попади в обруч» «Меткий стрелок» 3.Подведение итогов соревнований.
Муз-ритмические движения.	Учить согласовывать движения с музыкой.	1.Разминка. Ходьба, перестроения. 2.Муз- ритмич. движения под музыку «Мячик». 3.П. игра «Зайчик», «Старые лапти» 4.Ходьба.

Декабрь

Игры с большим резиновым мячом	Познакомить с новыми приемами игры с мячами.	1.Разминка. 2.ОРУ с большим мячом. 3.Рус. народ. подвижные игры: «Щука», «Мяч в лунке» «Мяч с топотом», «Шлёпанки» 4.Ходьба, с заданием.
Эстафеты с большим резиновым мячом.	Развивать быстроту, ловкость, скорость, мышление.	1.Разминка под музыку- выполнение муз. - ритмич. движений с большим мячом. 2.Эстафеты: «Передай мяч вверх», «Передай мяч справа», «Передай мяч слева», «Перенеси мячи», «Попади в ворота», «Ловкая пара». 3.Подведение итогов соревнований. 4.Построение. Ходьба.
Общеразвивающие упражнения с большим мячом	Формировать умение выполнять упражнения под музыку.	1.Ходьба с мячом, бег с мячом. 2. ОРУ с большим мячом 3.П. игра «Гонка мячей», «Штандер –стоп» «Ловкая пара». 4.Ходьба с мячом с заданием.
Музыкально – ритмические движения	Развивать эстетический вкус.	1.Разминка под музыку ходьба и бег. 2.Муз- ритмич движения под музыку 3.П игры: «Играй играй , мяч не теряй», «Поймай», «Мячи разные несём». 4.Итог,ходьба

Январь

Мяч- массажный	Учить элементарному самомассажу.	1.Разминка. Знакомство с массажным мячом-ежом. 2.ОРУ с мячом-ежом. Самомассаж 3.П. игры «Охотник и утки», «Футбол раков». 4.Самомассаж . 5.Итог. Ходьба в колонне по два.
----------------	----------------------------------	--

Упражнения с мячом	Формировать умение работать с массажным мячом.	1. Разминка с мячом ежом. Массаж. 2.ОРУ с мячом-ежом. 3. Упражнения: «Подбрось поймай», «Кто быстрее соберёт», «Ловкий мяч». 4. Самомассаж. 5. Итог.
Игры с мячом.	Познакомить с новыми играми	1. Разминка. Самомассаж. 2. П. игры: «Сторож», «На чьей половине меньше мячей», «Ловишка с мячом». 3.Ходьба, массаж.
В гостях у мячей-ежей.	Закрепить полученные навыки и умения.	1.Разминка. Приход Ёжика. Зарядка под музыку с мячом Ёжом. 2. Путешествие в лес к ёжикам. Самомассаж. 3.Релаксация.
Февраль		
Фитбол –мячи.	Обучать основным приемам владения фитбол - мячом.	1.Разминка. Знакомство с фитбол мячом. Рассказ о значении этого мяча в укреплении здоровья. 2.ОРУ с фитбол мячом. 3.П. игра: «Быстрый и ловкий» 4.Малоподвижная игра «Угадай, кто сидит на мяче». 5.Ходьба
Осанка и фитбол-мяч.	Развивать мышцы спины, брюшного пресса, формировать правильную осанку.	1.Построение. Рассказ о значении правильной осанки для здоровья детей. Ходьба и бег с мячом. 2.Подв. игры для укрепления осанки: «Зайцы и огородник», «Вагончики», «Гусеница», «Улитка». 3.Ходьба «змейкой» между мячами.
Игры с фитбол-мячом.	Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.	1.Построение.иХодьба и бег врассыпную. 2.ОРУ с фитбол - мячом. 3.Подв. игры: «Птицы в гнездах», «Бездомный заяц», «Паровоз», «Гусеница». 4.М. подв игра «Угадай, кто сидит на мяче». 5 Ходьба.
Эстафеты .	Воспитывать умение соперничать, радоваться чужим успехам	1.Построение. Деление на команды. Ходьба и бег с заданием. 2.Эстафеты: «Докати мяч», «Передай мяч справа (слева)», «Попрыгунчики», Кто быстрее» «Самый ловкий». 3.Подведение итогов. Ходьба.
Март		
Спортивные мячи.	Ознакомить с содержанием и правилами спортивных игр	1 Знакомство со спортивными мячами. Беседа: Какие спортивные игры с мячом мы знаем. 2. П. игра «Картошка», «Попади в ворота», «Мяч в кольцо».

		3. М п. игра «Съедобное – несъедобное» 4. Ходьба с мячом с заданием.
Элементы баскетбола	Учить владеть элементами баскетбола.	1. Знакомство с баскетбольным мячом. Разминка с мячом. 2. Спортивные упражнения с баскетбольным мячом: «Ведение мяча одной рукой», «Бросай мяч из-за головы», «Мяч в кольцо», «Передал - присядь». 3. Ходьба с мячом с заданием.
Игры с баскетбольным мячом	Учить применять полученные знания в играх.	1. Разминка. Ходьба, бег, прыжки с мячом. 2. ОРУ с мячом. 3. Подвижные игры: «Щука», «Мяч водящему», «Горячая картошка». 4. Ходьба.
Эстафеты.	Развивать быстроту, ловкость.	1. Построение, деление на команды. 2. Эстафеты: «Не урони», «Кто быстрее до флажка», «Передай мяч справа, слева, вверх», «Самый ловкий». 3. Под музыку ритмич. движения с мячом.
Апрель		
Волейбольный мяч.	Упражнять в освоении техники приема и передачи мяча в волейболе.	1. Знакомство с волейбольным мячом. Разминка. ОРУ с мячом. 2. Обучение техники передачи мяча 3. Спорт упражнения «Мяч водящему», «Не урони», «Горячая картошка» 4. П. игра «Гонка мячей». 5. Ходьба.
Игры с волейбольным мячом.	Закреплять полученные навыки и умения.	1. Разминка. ОРУ с мячом. 2. П. игры «Мяч водящему», «Гонка мячей», «Перебрось мяч через сетку». 3. Ходьба.
Эстафеты.	Воспитывать интерес к спорту.	1. Ходьба, бег, ходьба. 2. Эстафеты: «Мяч по кругу» «Бросай-лови», «Кто быстрее», «Ловкие пятёрки». 3. Ходьба.
Знакомство с футбольным мячом.	Познакомить с новым мячом.	1. Разминка. 2. Обучение элементам футбола: «Ведение мяча», «Забей гол», «Проведи мяч между предметами». 3. П игра «Футбол». 4. Ходьба.
Май		
Элементы футбола.	Учить технике владения мячом.	1. Разминка. 2. Обучение элементам футбола: «Не упусти мяч», «Гол в ворота», «Ловкий футболист».

		3.П. игра «Футбол». 4.Ходьба
Диагностика.	Отследить рост физических способностей детей.	Проведение диагностики по таблице №1.
Посещение музея мяча. Игры с мячами.	Закрепить полученные знания.	1.Посещение музея Мяча. Рассматривание мячей. 2.Подвижные игры с мячами. 3. Муз. Ритмические движения с мячами.
Итоговое. «Праздник Мяча». Эстафеты .	Поддерживать интерес к занятиям физкультурой.	1.Ходьба . Эстафета «Посади картофель» 2. Эстафеты: Эстафета «Колобок». Эстафета «Точно в цель». Эстафета «Кто быстрее». 3. Муз. ритмические движения с мячом.