**Проект:**

**«Такие разные мячи»**



**Выполнила:**

**Малышева А.Ю.**

**инструктор по физической культуре**

**Паспорт педагогического проекта**

**старший дошкольный возраст**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название проекта** | «**Такие разные мячи**» |
| **Тематическое поле** | Сохранить и укрепить здоровье детей,  познакомить их с видами мячей, прививать стремление к спорту. |
| **Тип проекта** | **- по продолжительности:** среднесрочный  **- по составу участников:** старший дошкольный возраст **- по классификации:** физкультурно-оздоровительное  **-по содержанию:**  познавательно-игровой |
| **Участники проекта** | Инструктор по физической культуре, воспитатели групп, дети старшего дошкольного возраста и родители. |
| **Срок реализации** | 1 месяц |
| **Материально-техническое оснащение** | **ТСО:** компьютер, проектор, мультимедийный экран, стереосистема, телевизор.  **Демонстрационный материал:** иллюстрации, презентации, книги, видеоматериал, музыкальные произведения различных композиторов.  **Раздаточный материал:** Спортивный инвентарь и атрибуты, мячи разного вида, сетка волейбольная, дуги. |
| **Проблема** | Не многие семьи имеют спортивный инвентарь дома. Соответственно мало времени посвящают совместному участию в подвижных и спортивных играх в реализации творческих задумок, способствующих двигательной активности ребенка. |
| **Гипотеза** | Игры с мячом развивают глазомер, координацию, смекалку, способствуют общей двигательной активности. Для ребенка мяч – предмет увлечения с первых лет жизни. Ребенок не просто играет в мяч, а варьирует им: берет, переносит, кладет, бросает, катает и т.п., что развивает его эмоционально и физически. Игры с мячом важны и для развития руки малыша.  Движения рук способствует также развитию речи ребенка. Современные научные данные подтверждают эти положения: области коры головного мозга, "отвечающие" за артикуляцию органов речи и мелкую моторику пальцев рук, расположены в одном иннервационном поле, т.е. непосредственной близости друг от друга. Следовательно, идущие в кору головного мозга нервные импульсы от двигающихся рук стимулируют расположенные по соседству речевые зоны, усиливая их активность. |
| **Цель** | Способствовать познавательному развитию ребенка в мире спорта и активных форм деятельности по средствам взаимодействия с мячом индивидуального характера и при сотрудничестве с взрослым (родителем, педагогом). |
| **Задачи** | 1. Актуализация роли семьи в физическом воспитании дошкольников, формирование гармоничных отношений между детьми и взрослыми; 2. Формирование у детей и родителей практических умений при выборе и изготовлении пособий развивающе-оздоровительной направленности и действий с ними; 3. Пропаганда здорового образа жизни по средствам организации активного досуга с использованием мяча; 4. Пополнение материальной базы дошкольного учреждения спортивным оборудованием нетрадиционного способа изготовления; 5. Постановка проблемы в социуме с поиском возможных  вариаций ее решения. |
| **Виды детской**  **деятельности** | * двигательная деятельность, * игровая, * коммуникативная, * продуктивная, * художественная, * спортивная. |
| **Методы** | Словесный, практический, наглядный, игровой. |
| **Модели реализации** | 1. **Совместная деятельность взрослого и детей:**   Непосредственно-образовательная деятельность; развлечение; творческая мастерская; беседы.   1. **Самостоятельная деятельность детей:**   создание предметно-развивающей среды (совместно с родителями) изготовление мячей из бросового материала; изготовление рукописных книг (совместно с воспитателями). |
| **Предполагаемые**  **результаты** | • Заинтересованное отношение родителей к совместной активной деятельности с детьми, с использованием мяча; • Формирование активной позиции у детей по здоровьеукреплению и здоровьесбережению по средствам игр и игровых упражнений с мячом; • Просвещение родителей и организация совместной работы по формированию у воспитанников здорового образа жизни; • Обобщение и распространение результатов работы среди педагогических работников ДОУ; • Организация выставки нетрадиционного оборудования «Такие разные мячи»; • Создание пособий и методического материала  по ознакомлению детей и родителей с историей мяча и формами активной деятельности с ним. |
| **Мероприятия** | ***Формы работы с детьми***   * Непосредственно-образовательная деятельность; * Цикл подвижных игр и заданий с мячом; * Итоговое развлечение; * Изготовление рукописных книг «Мяч в детской книге» (педагоги и родители) * Беседы; * Показ видиопрезентаций.   ***Формы работы со взрослыми***   * Непосредственно-образовательная деятельность совместно с педагогами * Изготовление мячей из бросового материала для выставки «Такие разные мячи». * Изготовление рукописных книг «Мяч в детской книге» (педагоги и родители) * Непосредственное участие родителей в итоговом развлечение. * Консультации. |
| **Область применения** | * физическое развитие; * познавательное развитие; * художественно-эстетическое развитие; * социально-коммуникативное * развитие. |

**РАБОЧИЙ ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА**

I неделя: ***Подготовительный этап «Для чего и зачем?»***

**С педагогическим коллективом:**

Определение целей и задач проектной деятельности, разработка маршрута реализации проекта, с обсуждением представленных предложений и мнений, дискуссия «Организация активного отдыха детей в группе и на прогулке с использованием мяча».

**С детьми:**

Знакомство с направлениями деятельности по реализации проекта, беседа «Игры, в которые я играю дома», интервьюирование (выборочное).

**С родителями:**

Знакомство с целями, задачами и направлениями реализации проекта.

Анкетирование «Какое место занимает физкультура в вашей семье?».

Консультация «Роль семьи в физическом воспитании ребенка».

II, III неделя: ***Основной этап «Такие разные мячи»***

**С педагогическим коллективом:**

Индивидуальная работа с педагогами по подготовке и проведению совместных мероприятий, подбор и проведение подвижных игр с использованием мяча.

**С детьми:**

Знакомство с историей возникновения мяча презентация «Какие мячи бывают»;

Беседа «Какие мячи есть в спортивном зале и как их использовать?»;

Художественная деятельность на тему: «Мой мяч» (рисунки);

Непосредственно-образовательная область: Цикл занятий с мячом (4 занятия)

Игровые задания и подвижные игры: «В какие игры можно с мячом играть».

Изготовление мячей из бросового и подручного материала «Мастерская мяча».

Совместная деятельность (родители и дети) «Мяч в детской книге».

**С родителями:**

Информационная папка «Для чего нужны мячи?»;

Участие в практических мероприятиях:

Непосредственно-образовательной деятельности, изготовление рукописных книг «Мяч в детской книге», совместное изготовление с ребенком мяча для игр из бросового и подручного материала «Мастерская мяча».

IV неделя: ***Заключительный этап «Мяч мой друг»***

**С педагогическим коллективом:**

Организация выставки «Эти разные мячи»

Обмен опытом работы участников проекта, подведение итогов работы над проектом, определение перспектив.

**С детьми:**

Выявление и определение уровня знаний и практических умений детей при взаимодействии с мячом в игровых заданиях и упражнениях с мячом.

Спортивное развлечение (совместно с родителями) «Мой веселый звонкий мяч» Рефлексия по результатам проведенных мероприятий.

**С родителями:**

Демонстрация творческих идей на выставке «Такие разные мячи».

Участие в совместном с детьми итоговом развлечении «Мой весёлый звонкий мяч». Выражение благодарности родителям, внесшим вклад в реализацию проекта.

***Анкета для родителей***.

***«Какое место занимает физкультура в вашей семье?»***

1.Ф.И.О., количество детей в семье\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Кто из родителей занимался или занимается спортом? Каким?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Есть ли в доме спортивный снаряд? Какой?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Посещает ли ваш ребёнок спортивную секцию? Какую? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Установлен ли для вашего ребёнка режим дня?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6. Соблюдает ли ребёнок этот режим?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. Делаете ли вы дома утреннюю гимнастику? Мама? Папа? Дети? Взрослый вместе с ребёнком?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8. Знаете ли вы основные принципы и методы закаливания? Перечислите их:\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9. Проводите ли вы дома с детьми закаливающие мероприятия?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

10. Что мешает вам заниматься закаливанием детей дома?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

11. Кто из членов вашей семьи чаще всего гуляет с ребёнком?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

12. Гуляете ли вы с ребёнком после детского сада? (Да, нет, иногда)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

13. Гуляет ли ваш ребёнок один без взрослых? (Да, нет, иногда)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

14. Виды деятельности ребёнка после прихода из детского сада и в выходные дни?(Что кроме прогулки)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

15. Смотрите ли вы с ребёнком спортивные передачи? Какие?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Благодарим за сотрудничество!

***Консультация для родителей***

***«Роль семьи в физическом воспитании ребенка»***

Большое значение для правильного физического воспитания детей в семье имеет отношение родителей к вопросам здорового быта. Понятие «здоровый быт» включает в себя разумный, твердо установленный режим, чистоту самого ребенка и всего, что его окружает систематическое использование воздуха, солнца и воды для закаливания, правильную организацию игры и физических упражнений. Естественно, что быт семьи зависит от многих причин, поэтому его не всегда можно строго ограничивать определенными рамками. Однако, родители должны стремиться к тому, чтобы ребенку были созданы все условия для его правильного физического развития. Понимание того, что является наиболее существенным для воспитания здорового, физически крепкого ребенка даст возможность, даже при сравнительно скромных условиях, организовать необходимый режим и наладить правильное физическое воспитание. Старайтесь, чтобы режим дня был таким же, как в детском саду. К сожалению, некоторые родители считают, что ребенка с первого месяца жизни необходимо лишь кормить и одевать, чтобы он не простудился. Что же касается физического воспитания, то оно откладывается на то время, когда он подрастет.

Ошибочность такой точки зрения несомненна. «Дерево чти, пока оно молодо, ребенка учи, пока он не вырос», - гласит пословица. Однако, ее часто забывают. Естественно, что у родителей, которые не понимают значения своевременно начатого и систематически проводимого физического воспитания, даже при отличных условиях быта, оно не будет налажено. В просторных квартирах из-за большого количества мебели тесно, кроме того, они редко проветриваются. В них не найдется места для детской мебели. О физическом воспитании в таких семьях родители просто не думают. Малыш редко бывает на свежем воздухе (простудится!), у него нет определенного режима - днем он спит, а вечерами долго засиживается у телевизора. В таких случаях родители, не обращая внимания на то, что ребенок бледен, малоподвижен, неловок, часто утешают себя тем, что он «смышленый, все знает». Никогда не следует забывать, что прежде всего от родителей зависит, какими вырастут их дети. Необходимо с первых месяцев сознательной жизни ребенка установить ему строгий режим и стараться твердо выполнять его. Приучите его спать, есть, гулять и играть в определенное время. Было бы ошибкой считать, что роль семьи в физическом воспитании детей ограничивается только организацией правильного режима. Не менее важно привить ребенку правила личной гигиены: ежедневно умываться, мыть руки перед едой, вытирать ноги при входе в помещение и т. д. Если вы хотите, чтобы сын или дочь слушали ваши советы и выполняли их, необходимо прибегать не только к ласковому слову или строгому обращению, но и быть личным примером для него. Если кто - либо из родителей садится за стол, не помыв рук, то бесполезно требовать от малыша, чтобы он их мыл.

Систематическое мытье пола, дверей, окон, ежедневная уборка пыли влажным способом, чистка одежды, обуви вне жилых помещений должны являться строгим правилом.

Рост и развитие детей во многом зависит от того, насколько правильно составлено меню. Рациональное питание является одной из необходимых основ физического воспитания ребенка.

Помимо создания благоприятных условий жизни, следует уделять большое внимание закаливанию и совершенствованию двигательной деятельности. Приучить детский организм быстро и без вреда для здоровья приспосабливаться к меняющимся условиям внешней среды - нелегкая задача. Родители должны знать основные правила закаливания и проводить его постепенно, с самого рождения.

Однако, прежде приступить к закаливанию, необходимо преодолевать страхи, не редко бытующие в семьях, перед сквозняками или струей прохладной воды. Надо ежедневно находить время для проведения закаливающих процедур, гимнастики, массажа и игр.

Особенно велика роль примера при воспитании детей. «Как вы одеваетесь, как вы разговариваете с другими людьми и о других людях, как вы радуетесь или печалитесь, как вы обращаетесь с друзьями и с врагами, как вы смеетесь, читаете газету, - все это имеет для ребенка большое значение Родительское требование к себе, родительское уважение к своей семье, родительский контроль над каждым своим шагом - вот первый и самый главный метод воспитания», - пишет выдающийся педагог А. С. Макаренко.

Если родители любят прогулки на свежем воздухе, если они ежедневно занимаются утренней зарядкой и, по возможности, спортивными играми, строго соблюдают гигиенические правила, то естественно, они будут стремиться и детей своих вырастить физически крепкими и нравственно здоровыми. Ребенок невольно старается походить на своих родителей.

***С чего же начинается физическое воспитание?***

Прежде всего, выпишите на отдельный лист режим, и рекомендуемый комплекс физических упражнений согласно возрасту вашего ребенка. Если у вашего сына или дочери, имеются какие - либо отклонения от нормы в состоянии здоровья (рахит, диатез и др.), то перед началом физических упражнений необходимо посоветоваться с врачом детской консультации.

Все родители хотят видеть своих детей счастливыми. *Основа счастья - это здоровье*. Надо укреплять его ежедневно, начиная с раннего детского возраста. Только правильное физическое воспитание будет залогом того, что ваш ребенок вырастет здоровым и крепким человеком.

***Желаю вам успеха и крепкого здоровья!***

***Консультация для родителей***

***«Для чего нужны мячи?»***

**История мяча**

Упражнения с мячом являются одними из наиболее древних видов физических упражнений. История не знает ни точного места, ни времени возникновения мяча и игр с мячом. Известно лишь, что мяч возник в глубокой древности и за свою историю существования претерпел много изменений.

Сначала его плели из травы, пальмовых листьев, изготавливали из плодов деревьев, шерсти животных, шили из шкур животных, плели из тростника, скручивали из тряпок, вырезали из дерева, шили из кожи, набивая травой, опилками и другим подобным материалом. Мяч и предметы, похожие на него, археологи находят по всему миру.

В Древней Греции, Риме и Египте мяч не только любили, но и уважали. Например, в Древней Греции он считался самым совершенным предметом, так как был похож на солнце, а значит (по мнению греков) обладал его волшебной силой. Греки шили мячи из кожи и набивали каким-нибудь упругим материалом, например, мхом или перьями птиц. А позже догадались надувать кожаный мяч воздухом.

Мяч из резины «прискакал» в Европу из Центральной Америки. Местные индейцы делали его из смолы, которую добывали из разрезов коры деревьев и называли «каучу» (от слов «каа» - дерево и «о-чу» - «плакать»). Нам эта смола известна под названием «каучук». Каучуковый мяч попался на глаза путешественнику Христофору Колумбу. Знаменитый мореплаватель удивился, увидев, что большой и тяжелый мяч так высоко подскакивает при ударе о землю. Матросы Колумба привезли мяч в Испанию, и упругий колобок быстро раскатился по всему цивилизованному миру.

До сегодняшнего дня в некоторых странах, наряду с современными резиновыми, кожаными, надувными мячами, сохранились мячи, изготовленные «по старинному рецепту». В Японии, например, есть любимая игрушка - маленький пестрый мячик «тэмари». Дети играют ими с наступлением весны, приветствуя первые солнечные деньки - память о том, что когда-то мяч был символом солнца. Мячик «тэмари» выточен из дерева и оплетен разноцветными шелковыми нитями, образующими красивые узоры.

В России мячи были разные. В раскопках под Новгородом нашли мячи разных размеров, сшитые из кожи. Ими играли дети в XIII веке. Крестьянские дети прошлого века играли легкими мячиками из бересты или тяжелыми мячами, туго свернутыми из тряпок. Сохранились даже сведения об одной из игр: ставили в ряд куриные яйца и выбивали их мячом.

В подмосковном Хотьковском девичьем монастыре шили мячики из мягких подушечек, а внутрь вкладывали камушки, завернутые в бересту, — получался одновременно мячик и погремушка. Кстати, происхождение слова «мяч» связано со словами «мягкий, мякоть, мякиш». То есть мяч - это мягкий шар.

**Современные мячи различаются по размерам и назначению. Разные мячи применяются для игры в волейбол, баскетбол, футбол, теннис, водное поло, регби и другие игры. У каждой из них - своя история.**

Название игры в баскетбол получилось из английских слов «баскет» - «корзина» и «ball» - «мяч». Эту игру придумал спортивный инструктор одного из американских университетов Д.Нейсмит в 1891 году. По его указанию под потолком спортивного зала прибили большую корзину для фруктов и в нее забрасывали мяч. Когда игрокам надоело каждый раз лазить за мячом, кому-то пришло в голову просто выбить у корзины дно. Сначала баскетболисты пользовались кожаными мячами, а потом перешли на резиновые.

 Ватерполисты, как известно, играют в воде, поэтому они смазывали кожаный мяч жиром, чтобы он не разбухал. Но, в конце концов, решили также играть резиновыми мячами.

А вот футболисты от резиновых мячей отказались, так как они скользкие, и водить такой мяч ногами тяжело. В футболе вообще все досконально продумано, вплоть до размера и веса мяча. Он должен быть не тяжелее 543 и не легче 396 граммов, а окружность иметь не больше 71 и не меньше 68 сантиметров.

Мячик для игры в бадминтон вообще делали из яблока.  Брали твердое незрелое яблочко, втыкали в него гусиные перья и перебрасывали друг другу самодельными ракетками. Было это в Японии, оттуда игра попала в Индию, а из Индии ее привез в Европу один английский герцог, замок которого находился неподалеку от города Бадминтон. Игру так и назвали. А яблочко к тому времени, конечно, заменили на пробковый мячик.

 Материалы для мячей использовались разные. Зато форма всегда была одинаковая - круглая. С одним только исключением. Мяч для регби - овальной формы (как дыня). Но не потому, что этого требует игра. Просто так получилось. В английском городке Регби любили играть в мяч. Но тряпичный мяч был весьма непрочным. Тогда торговец требухой домашнего скота Уильям Гилберт взял и обшил кожей... мочевой пузырь свиньи. Мяч получился легким и прочным. Было это в девятнадцатом веке, но и до сих пор мячи для регби традиционно делают продолговатой формы.

**О значении мяча**

Мяч – удобная, динамичная игрушка, занимающая особое место в развитии действий руки.

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.

Игры с мячом развивают глазомер, координацию, смекалку, способствуют общей двигательной активности.

Для ребенка мяч – предмет увлечения с первых лет жизни. Ребенок не просто играет в мяч, а варьирует им: берет, переносит, кладет, бросает, катает и т.п., что развивает его эмоционально и физически. Игры с мячом важны и для развития руки ребёнка.

Движения пальцев и кистей рук имеют особое значение для развития функций мозга ребенка. И чем они разнообразнее, тем больше «двигательных сигналов» поступает в мозг, тем интенсивнее проходит накопление информации, а, следовательно, и интеллектуальное развитие ребенка.

Движения рук способствует также развитию речи ребенка. Современные научные данные подтверждают эти положения: области коры головного мозга, «отвечающие» за артикуляцию органов речи и мелкую моторику пальцев рук, расположены в одном иннервационном поле, т.е. непосредственной близости друг от друга. Следовательно, идущие в кору головного мозга нервные импульсы от двигающихся рук стимулируют расположенные по соседству речевые зоны, усиливая их активность.

Дети, знакомясь со свойствами мяча, выполняя разнообразные действия (бросание, катание, бег за мячом и др.), получают нагрузку на все группы мышц (туловища, брюшного пресса, ног, рук, кистей), у них активизируется весь организм. Даже, казалось бы, обычное подкидывание мяча вверх вызывает необходимость выпрямления, что благоприятно влияет на осанку ребенка. Можно сказать, что игры с мячом – специальная комплексная гимнастика: развивается умение схватывать, удерживать, перемещать мяч в процессе ходьбы, бега или в прыжке.

Игры и упражнения с мячом развивают ориентировку в пространстве, регулируют силу и точность броска, развивают глазомер, ловкость, быстроту реакции; нормализуют эмоционально-волевую сферу, что особенно важно как для малоподвижных, так и для гипервозбудимых детей. Игры с мячом развивают мышечную силу, усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ.

Можно только удивляться, замечая какое разнообразие впечатлений и действий может давать малышу обычный мяч! Простейшие, на наш взрослый взгляд, действия в действительности оказываются исключительно полезны.

Развивают наблюдательность, концентрацию внимания, чувства, движение и даже мышление.

И зачастую, ребёнок самостоятельно подмечает и отыскивает многообразные тайны и сюрпризы. А это как раз и есть столь желанная для родителей самостоятельность и волевая активность.

**Рекомендации родителям**

1. Подготовьте один или два больших мяча диаметром 15–20 см, маленькие мячи диаметром 5–8 см (от большого и настольного тенниса, резиновые, мягкие из разных материалов, сшитые вами), бумажные шары (из скомканной бумаги), большой надувной мяч-шар.

2. Покажите ребенку, как вы играете в мяч: катаете, бросаете, ловите, отбиваете от пола и т.п. Попробуйте научить этому и вашего ребёнка.

3. Не принуждайте малыша к выполнению того или иного движения. Не требуйте от него повторять упражнение до тех пор, пока ребенку не удастся выполнить его правильно. Не упрекайте его за рассеянность, невнимание, неумение и т.п. Не превращайте обучение в скучную повинность. Играйте с малышом, когда он будет находиться в хорошем настроении.

4. Проявите фантазию, изобретательность, используйте для игр все, что найдете под рукой: гладильную доску, стулья, пустые пластиковые бутылки, длинные шнурки и т.п.

5. Постепенно вовлекайте его во все новые виды игры, систематически повторяя их. Учите прокатывать мяч вдаль в заданном направлении, бросать мяч об пол и вверх, правильному замаху при метании малого мяча вдаль.

6. Не забывайте о возрасте вашего ребенка, его физических возможностях! Прекрасно, если вы ободрите своего малютку похвалой; удивитесь тому, какой он ловкий, смелый, быстрый; что он уже сам может показать другим. Пусть ребенок демонстрирует свои умения перед всеми членами семьи или его же сверстниками: это постепенно развивает у ребенка уверенность в своих силах, стремление учиться дальше, осваивая новые, более сложные движения и игры.

7. Рифмовки (стихотворный текст) при выполнении движений с мячом, помогают сделать занятие более понятным, а главное, задают ритм выполнения игрового задания.

**Выбор мяча**

- Мяч должен быть удобен и не вызывать у ребёнка слез от ощущения собственной неловкости!

- Прыгучесть. Прыгучими могут быть не только резиновые мячи, но и хорошо набитые шерстяные. Мяч «непрыгучий» может быть «мячом катучим». Например, стеклянные шарики именно своей «непрыгучестью» и хороши! Для домашних игр из прыгучих мячей подойдут лишь хорошо набитые шерстяные. На улице качество прыгучести становится особенно важным – «непрыгучий» мяч кажется неживым.

- Тяжесть/легкость. Для ребенка, только начавшего ходить, тяжелый футбольный мяч из-за своего веса и большого размера просто не может быть игрушкой. А вот старшим дошкольникам проявлять свою ловкость с самыми разными мячами доставляет истинное удовольствие. Для малыша очень важно научиться соразмерять силу удара с тяжестью мяча. Это дает хороший опыт управления собой и предвидения результата уже в самом раннем возрасте. Понаблюдайте, как по-разному ваш ребёнок управляется с большим резиновым мячом и легким надувным.

- Цвет. Несмотря на то, что дети обращают внимание на яркие цвета, не стоит пичкать малышей едкими, броскими анилиновыми красками. Цветовосприятие глаза лучше развивается на сочных, открытых цветах радуги, их вариантах и оттенках в пастельной гамме.

- Качество поверхности. Очень важно для тактильного восприятия. Чем больше будет натуральных материалов, тем богаче станет опыт ребенка в действиях с ними, комплексном восприятии их свойств и пр. Рельефная вязаная поверхность, хлопковые ткани или сукно, стекло (если оно не бьется), резина, дерево, кость, плетение из бересты, лозы и т.д.

- Окраска. Обратите внимание, не линяет ли мяч! Не облезает ли, не отколупывается ли с него краска? Это может быть опасно для ребенка.

**Минимальный набор мячей**

Необходимы: 1 небольшой резиновый мяч, 1–2 мягких мяча для игры дома и 1 прыгучий мяч для улицы.

**Дома и на улице.**

Дома лучше использовать для игры мягкие мячи – тряпичные, вязаные, валяные, клубки ниток с закрепленным кончиком, воздушные шары, шарики для настольного тенниса и пр. и большие гимнастические мячи. Бесспорным достоинством «мягких» мячей является их безопасность при игре в помещении. Ни обстановка, ни окна, не говоря уже о самих играющих, не пострадают. Для хранения «комнатных мячей» подойдет большая корзина в детском уголке.

Уличные мячи должны храниться отдельно у входной двери в такой же корзине, коробке или контейнере (резиновые мячи разного размера, футбольные, баскетбольные и др. спортивные мячи).

**Непосредственно-образовательная деятельность**

***Цикл занятий с мячом.***  
  **Занятие 1.**

**Задачи:**

* Формировать умение владеть мячом;
* Упражнять в передаче - ловле мяча;
* Приучать не мешать товарищу по игре;
* Воспитывать дружеские взаимоотношения.

**Оборудование:**мячи по количеству детей.

**Ход занятия.**

**Вводная часть.**

Построение в шеренгу, проверка равнения, осанки. Перестроение в колонну. Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, бег. Перестроение в 3 колонны.

**ОРУ.**

**(прокатывание мяча)**

1. И.п.- о.с. Прокатить мяч по прямым рукам.
2. И.п. – о.с., руки перед грудью, локти в стороны, мяч между тыльной стороной ладони одной руки и ладонью другой. Вращать руки по часовой стрелке и против неё – мяч катится между ладонями.
3. И.п. – о.с Передавать мяч за спиной в одну и другую сторону.
4. И.п. – о.с. прокатывать мяч вокруг шеи (поднимать и опускать голову в момент прокатывания)
5. И.п. – сед на полу, ноги прямые. Прокатывать мяч от носков к туловищу, ловит его возле живота двумя руками.
6. И.п. – сед на полу, ноги согнуты в коленях. Прокатывание мяча под ногами (в момент прокатывания носки отрывать от пола)
7. И.п.- сед на полу, ноги развести. Прокатывать мяч от одной ноги к другой (следить за осанкой).
8. И.п. – то же. Вращать мяч сначала правой, затем левой рукой.
9. И.п. - то же. наклониться вперёд, прокатить мяч от одной ноги к другой, выпрямиться.
10. И.п. – то же. Наклониться, прокатить мяч «восьмёркой» вокруг сначала одной ноги, потом вокруг другой, выпрямиться.
11. И.п. - сед на коленях. Катать мяч вокруг себя то в одну, то в другую сторону.
12. И.п. - о.с., руки вытянуты в сторону, мяч лежит на ладони. Прокатить мяч от ладони к плечу; то же по другой руке.
13. Подвижная игра с мячом на внимание.

**ОВД.**

1. Бросание мяча вверх и ловля его обеими руками. Упражнение дети выполняют свободно расположившись на площадке. Напомнить детям, что мяч следует ловить пальцами и кистями рук, не прижимая его к груди. Повторить 4-5раз.

2.Передача мяча двумя руками от груди стоя парами. Следить чтобы дети приняли правильное и.п., при передаче мяча опускали локти вниз, старались бросать мяч на уровне груди партнера.

3. Игровое задание «Маленькие футболисты».

***П/и: «Пять бросков».***10-12 детей располагаются на расстоянии 1,5-2 м. от баскетбольной корзины. По сигналу инструктора все бросают мячи в корзину,  
каждый подбирает свой мяч и опять бросает. Побеждает тот, кто быстрее попадет 5 раз в  
корзину.

**Заключительная часть.**

Ходьба в колонне по одному с мячом в руках

**Занятие 2.**

**Задачи:**

Формировать умение владеть мячом;

Развивать ловкость, координацию движений, внимание;

Воспитывать самостоятельность.

**Оборудование:**мячи по количеству детей.

**Ход занятия.**

**Вводная часть.**

Построение в шеренгу, проверка равнения, осанки. Перестроение в колонну. Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колен, на внешней стороне стопы, бег.Перестроение в три колонны.

**ОРУ.**

1**. «Мяч вверх».** И.п.: ноги на ширине ступни, мяч внизу. 1 - мяч вверх, посмотреть на него - вдох; 2 - опустить мяч на лопатки - выдох; 3 - снова мяч вверх; 4 - и.п.3 раз.

1. **«Повернись».**И.п.: ноги врозь, мяч внизу. 1 - поворот вправо, одновременно ударить мячом о землю у пятки правой ноги, поймать отскочивший мяч; 2 - и.п.; 3-4 - то же в другую сторону. 2-3раз в каждую сторону.
2. **«Наклонись».**И.п.: ноги на ширине ступни, руки с мячом внизу. 1- 3 - наклон вперед, постучать мячом о землю между ног подальше - выдох; 4 - и.п. - вдох. Ноги при наклоне не сгибать. 2-3 раз.
3. **«Мяч** **к колену».**И.п.: о.с. руки вверх. 1-2 - опустить мяч на поднятое правое (левое) колено ноги - выдох; 3-4 - и.п. - вдох. 2-3 раз.
4. **«Отбей мяч».** И.п.: ноги на ширине ступни, мяч в одной руке. Отбивать мяч о землю то

правой, ТО левой рукой. 3-6 раз.

1. **«Перепрыгни через мяч».**И.п.: стоять боком к мячу, руки внизу. 1 - одновременно 2-мя ногами перепрыгнуть через мяч  боком; 2- то же, в другую сторону 4-5 раз.
2. **«Подбрось - поймай».**И.п.: ноги на ширине ступни, мяч в одной руке впереди. Слегка подбрасывать мяч по дуге, перебрасывать его в другую руку. 4-5 раз.

Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.

**ОВД.**

1. Бросание мяча вверх с хлопком в ладоши и ловля его. 4-5 раз. Напомнить, что надо стараться бросить мяч как можно выше, чтобы успеть хлопнуть в ладоши, следить за мячом, ловить пальцами и кистями рук.
2. Удар мячом о землю правой и ловля левой рукой, удар левой, ловля его. 3-4раз.
3. Ведение мяча на месте правой и левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом). Дети становятся парами и поочередно ведут мяч на месте. Напомнить, что надо сгибать ноги, а не наклоняться к мячу. Смотреть следует на партнера, которому передают мяч.

***П/и.: «Борьба за мяч».***Дети делятся на две команды (надевая отличительные знаки). Каждая команда выбирает капитана. Инструктор в центре площадки подбрасывает мяч, а капитаны стараются отбить его своим игрокам. Игроки команды, овладевшей мячом, передают мяч друг другу, а игроки противоположной команды стараются его перехватить. Команда, сделавшая 5 передач подряд, получает очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

Запрещается бежать с мячом (можно только вести), толкать соперника.

**Заключительная часть.**

***Малоподвижная игра «Будь внимателен».***Дети становятся **в**кружок, **в**середине его ведущий (инструктор). Ведущий бросает мяч кому-либо из круга, применяя обманные движения, и тот должен поймать мяч. Не поймавший мяч получает штрафное очко.

**Занятие 3.**

**Задачи:**

* Формировать умение владеть мячом: ведение мяча правой и левой рукой, передача и ловля мяча друг другу в движении;
* Учить быстро реагировать на сигнал;
* Воспитывать активность.

**Оборудование:**мячи по количеству детей.

**Ход занятия.**

**Вводная часть.**

**ОРУ.**

**(подбрасывание и броски)**

1. И.п. – о.с., мяч на ладонях вытянутых рук. Раскачивать руки вверх – вниз, одновременно выполняя присед.
2. И.п. – о.с., мяч на ладони левой, правой руки поочерёдно. Раскачивать руки вверх-вниз, одновременно выполнять полуприсед.
3. И.п.- о.с., мяч на ладонях вытянутых рук. Подбрасывать мяч двумя руками, постепенно увеличивая амплитуду броска. То же одной рукой.
4. И.п. – то же. Подбросить мяч, дать ему упасть на пол, поймать сначала правой, затем левой рукой.
5. И.п. – то же. Подбросить мяч, сделать хлопок перед грудью, поймать сначала правой, затем левой рукой.
6. И.п. - то же. Подбросить мяч, сделать хлопок за спиной, поймать сначала правой, затем левой рукой.
7. И.п. – то же. Подбросить мяч, сделать два хлопка (за спиной и перед грудью) поймать мяч сначала правой, затем левой рукой. И.п. – то же. Подбросить мяч, сделать несколько хлопков перед грудью, поймать мяч сначала правой, затем левой рукой

**ОВД.**

1. ***И/З «Вызов по имени».***Детей делят на 3 - 4 группы, каждая группа становится вокруг обруча. Объяснить, что вначале надо сказать имя товарища, а затем бросать мяч.
2. Дети строятся в две шеренги, лицом друг к другу на расстоянии 1,5 м. Игроки одной шеренги имеют мячи. Обе шеренги двигаются до ориентира приставным шагом в сторону, передавая мяч стоящему напротив партнеру. Когда пара детей доходит до ориентира, она становится в конец шеренги. Задание выполняется в правую и левую сторону
3. **Игровое задание** «Мини-баскетбол».

***П/и.: «Чья команда больше».***Дети делятся на команды по 4 - 5 игроков. Они становятся в колонну на расстоянии 1,5 м от корзины. Первые в каждой колонне - с мячами. После сигнала инструктора они бросают мячи, стараясь попасть в корзину в корзину. Каждый ловит мяч, передает его следующему участнику команды, сам встает в конец колонны. То же повторяют и следующие игроки. Выигрывает та команда, которая в установленное время больше мячей забросит в корзину.

**Заключительная часть.**

Ходьба с выполнением заданий для рук. Малоподвижная игра «Найди и промолчи».

**Занятие 4**

**Основные задачи:**

**Совершенствовать**технику бросков мяча парами; снизу; от груди; об пол – поймать после отскока.

**Учить**передавать мяч друг другу ногами (пасы).

**Учить** передавать мяч друг другу, передвигаясь боковым приставным шагом (галопом)

**Закреплять**умение отбивать мяч об пол, попеременно правой и левой рукой, с поворотом вокруг себя, с продвижением вперед, метание в движущуюся цель в игре.

**Развивать:** гибкость, выносливость, ловкость, быстроту, координацию движений.

**Воспитывать**интерес к физической культуре, желание осознанно заботиться о своем здоровье, доброжелательное отношение друг к другу.

**Оборудование:** мячи по количеству детей, массажные коврики по количеству детей, обруч.

**Ход занятия.**

Построение в шеренгу, приветствие, сообщение темы занятия – «Школа мяча».

   Сегодня на занятии мы будем продолжать учиться выполнять различные упражнения с мячом, играть в мяч, перебрасывать друг другу разными способами. И наше занятие так и называется «Школа мяча».

      А сейчас давайте настроимся на занятие – выполним точечный массаж и дыхательную гимнастику.

**I. *Точечный массаж и дыхательная гимнастика.***

1. «Моем» кисти рук.

2. Указательным и большим пальцем нажимаем на ноготь каждого пальца другой руки.

3. Поглаживаем нос от ноздрей к переносице.

4. Средними пальцами надавливаем на ушные козелки.

5. Поглаживаем двумя руками шею от грудного отдела к подбородку.

6. Игра «Веселая пчелка». Вдох свободный, на выдохе произносить звук «з –з –з». дети должны, представить, что пчелка села на руку, на ногу, на нос. Помочь детям направить внимание на нужный участок тела.

7. Несколько раз зевнуть и потянуться.

**II.** Перестроение в колонну по одному.

Ходьба с высоко поднятыми коленями, меняя направление по сигналу, ходьба на носочках, руки на поясе; ходьба на пятках, руки согнуты в локтях.

Ходьба- пятки вместе, носки врозь, носки вместе (косолапить).

Легкий бег, бег боковой галоп.

Ходьба обычная, спиной вперед, ходьба боковым приставным шагом, «пауки» - на четвереньках с прямыми руками ногами.

Быстрый бег (1,5мин.). ходьба с упражнениями для рук: руки вперед, руки вверх, руки в стороны, сжимая и разжимая кулаки на каждый шаг.

Заключительная медленная ходьба. Дети берут мяч из корзины и отбивают в движении.

Перестроение в колонну по 2 (парами через середину). Дети встают на массажные коврики.

**ОРУ**

(каждое упражнение выполняется по 4 – 6 раз).

1. И.п. – стоя, ноги на ширине ступни, мяч внизу. 1 – 2  - мяч поднять вперед, вверх, стоять на носках; 3,4,5,6,7 – повороты вокруг себя на месте; 8 – и.п. То же повторить в левую сторону.

2. И.п. – стоя, мяч перед собой. Вращение мяча пальцами рук от себя, к себе.

3. И.п. – стоя, мяч лежит на ладони правой руки. Поднимать мяч вверх; то же повторить левой рукой.

4. И.п. – сидя, ноги вместе, мяч на полу справа. 1 – поднять прямые ноги, прокатить под ними мяч; 2 – то же повторить слева.

5. И.п. – сидя по-турецки. Подбрасывать мяч вверх, ловить двумя руками.

6. И.п. – сидя, мяч зажат между ступнями. 1 – лечь на спину, поднять ноги вверх и бросить мяч в руки; 2 – и.п.

7. И.п. – стоя, ноги на ширине ступни. Отбивать мяч об пол двумя руками.

8. И.п. – лежа на животе, ноги вместе, мяч в прямых руках перед собой. Поднять прямые руки и ноги вверх, смотреть на мяч («лодочка»).

9. И.п. – стоя, ноги на ширине ступни. Отбивать мяч правой и левой руками. Пальцы развести, толкать мяч ладонью и пальцами вниз.

10. И.п. – стоя, ноги на ширине ступни. Отбивать мяч правой и левой руками с поворотом вокруг себя.

11. И.п. – стоя, мяч зажат между коленями, руки на поясе. Прыжки на двух ногах, чередовать с ходьбой на месте.

**ОВД**

(дети стоят фронтально парами, выполняют упражнения 10 раз)

1. Бросок снизу.

2. Бросок от груди.

3. Бросок об пол, поймать после отскока.

4. Бросок из-за головы.

5. Передача (пас) ногами.

6. Боковой галоп парами, передача мяча от груди.

**III.** ***Подвижная игра*** «Вышибалы».

***Малоподвижная игра*** «Веселый мячик».

**Физкультурное развлечение**

**«Праздник нашего мяча»**

**Цель:**

- создавать положительные эмоции у детей;

 - закреплять двигательные навыки в основных движениях и подвижных играх;

 - развивать у детей ловкость, быстроту, скоростно-силовые качества;

 - пробуждать интерес к физкультурным занятиям посредством создания сюжетно-игровых ситуаций;

 - воспитание нравственно-волевых черт характера, смелости, дружелюбия.

**Оборудование:** мячи по количеству детей, кегли, обручи, воздушные шарики, дуги.

**Литература и интернет ресурсы:**

1. <http://www.razumniki.ru/stihi_pro_igrushki.html>

2.  <http://www.numama.ru/blogs/0/kopilka-detskih-stihov/stihi-pro-mjach.html>

Дети заходят в спортивный зал под музыку. Команды детей  сформированы заранее, у детей на груди эмблема команды.

**Ведущий:**Ребята, у нас сегодня праздник спортивного мяча. Мяч – это одна из любимых детских игрушек. Именно поэтому он стал героем многих стихотворений. Давайте мы сейчас вместе их вспомним. Я начну, а вы дружно помогайте.

1.Мой весёлый, звонкий мяч,

Ты куда помчался  вскачь?

Красный, синий, голубой…

Не угнаться за тобой!»   (С.Маршак)

2.Наша Таня громко плачет:

Уронила в речку мячик.

Тише Танечка не плачь…

Не утонет в речке мяч»   (А. Барто)

3.Друг весёлый, мячик мой!

 Всюду, всюду он со мной!

 Раз, два, три, четыре, пять…

 Хорошо мне с ним играть!  (Е. Эрато)

4. Ускакал от Кати мяч

 И пропал куда-то.

 Нет нигде его, хоть плачь,

 Скрылся, вот беда-то!

 За диваном, под столом,

 В печке, под кроватью

 И в углу за сундуком

 Мячик ищет Катя.

 Ищет, ищет – не найдет.

 А того не знает…

 Что Барбос и серый кот

 В волейбол играют.   (Г. Ладонщиков)

**Ведущий:** Мяч, ребята, появился очень давно, в глубокой древности. Сначала мяч плели из травы и пальмовых листьев, затем изготавливали из плодов деревьев и шерсти животных. Позже стали шить из кожи животных, а потом научились изготавливать из резины. Теперь это очень популярный спортивный снаряд. В каких видах спорта используется мяч?

**Дети:** С мячом играют в футбол, баскетбол, волейбол, регби, теннис и т. д.

**Ведущий:** Сегодня вас ожидают состязания с мячом.

**Ребёнок:** На спортивную площадку

                  Мяч весёлый нас позвал,

                 Чтобы каждый с ним сдружился

                 И сильней и крепче стал.

**Ведущий:** Команды готовы?

**Дети:**Готовы!

**Ведущий:** Праздник мяча объявляю открытым!

Команды встают на свои места.

Появляется Карлсон.

**Карлсон:** Привет, малыши! Вы меня узнали? Я – Карлсон, который живёт на крыше. Я очень люблю играть с мячом. А вы? (Ответы детей).

**Карлсон:** Вы веселые ребята,

                  С вами весело играть.

                 Оставайтесь здесь со мною,

                Будем праздник начинать!

**Эстафета «Передача мяча».**

Каждая команда выстраивается в шеренгу. У первого мяч в руках. Он должны передать мяч двумя руками через голову сзади стоящему. Выигрывает та команда, которая быстрее передаст мяч.

**Карлсон:**Молодцы! Замечательно справились с заданием. Следующая эстафета называется «Весёлые старты».

**Эстафета «Весёлые старты».**

На одной стороне площадки в обруче или корзине выложить мячи по количеству человек в команде. Необходимо перенести мячи с одной стороны площадки на другую. Каждый участник может взять только один мяч.

**Карлсон:**  Молодцы! И с этим заданием вы справились.

                  А теперь вам придется потрудиться.

                  И загадки отгадать.

                 Отгадайте-ка, ребятки,

                 Про игры с мячом загадки.

1. Бросают мячик через сетку,

 Забить стараются все гол.

 И ловким нужно быть и метким

 В игре с названьем... (волейбол)

 2. Быстрее ветра игрок несется

 И мяч в воротах, значит - гол!

 И знает каждый, что зовется

 Игра спортивная... (футбол)

 3. Мяча веденье, передача,

 Противников игрок всех обошел,

 И мяч в корзине - вот удача

 Название игре той... (баскетбол).

**Карлсон:**Моя самая любимая игра «Волейбол». В этой игре самое главное – правильно бросить и ловко поймать мяч. Вы так сможете? Вот как будем играть.

**Эстафета «Поймай и брось».**

Капитан команды встает в обруч и бросает вам мячик снизу двумя руками. Вы ловите мяч и бросаете его обратно капитану. Тот, кто поймал и кинул мяч капитану, встает в конец колонны. А капитан бросает мяч следующему игроку.

**Карлсон:** Молодцы! Вы справились с моим сложным заданием. Вас ждет следующий этап соревнования.

Люблю я бегать и играть,

Как кенгуру с мячом скакать.

А вы так можете?

**Эстафета «Полёт на мяче».**

В одну сторону игроки передвигаются прыжками, с мячом, зажатым между колен. Обратно – взять мяч в руки и вернуться бегом. Победит та команда, которая первой справится с заданием.

**Карлсон:** Молодцы! Вы справились с заданием. Скажите, ребята, вы со мной дружите? Предлагаю вам поиграть в мою любимую игру – футбол! Вы должны прокатить мяч между кеглями остановиться у черты, прицелиться и забить мяч в ворота.

**Эстафета «Забей гол».**

Расстояние от черты до ворот – 2 метра. Взрослый помощник стоит за воротами, ловит мяч и дает его игроку, а тот с мячом бежит назад и передает мяч следующему игроку.

**Ведущий:** Молодцы, ребята! Вы справились со всеми заданиями! Задания были не только интересными, но и очень полезными, ведь вы занимались спортом! А помог нам в этом наш веселый, звонкий мяч!

Давайте сыграем ещё в одну игру, на этот раз – игру со словами.

**Словесная игра «Да или нет»**

Ведущий называет спортивную игру. Если для неё необходим мяч, то дети говорят «ДА». Если мяч в этом виде спорта не используется, дети говорят «Нет».

**Карлсон:**А я предлагаю вам поиграть в последнюю игру, которая называется «Не урони». Я умею летать, и мой сюрприз тоже умеет летать. Это воздушный шарик, ведь это тоже мяч.

**Игра «Не урони».**

Каждой команде даётся воздушный шарик. Дети должны подбрасывать шарик, передавая его друг другу, самое важное, чтобы шарик не коснулся земли. Победит та команда, которая дольше удержит шарик в воздухе.

**Ведущий:** Праздник мяча закончен. Дорогие ребята, занимайтесь спортом  и будьте здоровы!

***Подвижные игры с мячом***

Для развития организма ребенка-дошкольника и его разнообразной двигательной деятельности большую важность представляют основные движения. Особое место среди них занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами разного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кисти, увеличивают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Игры с мячом пользуются у детей неизменной популярностью, и это неудивительно. Мяч (большой или маленький) требует проворных рук и повышенного внимания. Для детей мяч, этот круглый, легкий, упругий и привлекательный снаряд, нередко символизирует приобщение к спортивным играм - волейболу, баскетболу, футболу.

**Горелки с мячом.**

Играющие размещаются так же, как и при игре в обыкновенные горелки, т.е. парами. В пяти шагах впереди от «горельщика» кладут на землю мяч. Как только последняя пара пробежит по сторонам колонны, составленной из пар, «горелыцик» сейчас же хватает мяч и «салит» им одного из бегущих. «Осаленный» делается «горельщиком». Мяч снова кладут на место.

**Летучий мяч.**

Играющие встают в круг, водящий находится в середине круга. По сигналу дети начинают перебрасывать мяч друг другу через центр круга. Водящий старается задержать мяч, поймать его или коснуться рукой. Если ему это удалось, то он встает в круг, а тот кем был брошен мяч, становится водящим. Водящий не может коснуться мяча, когда мяч находиться в руках игрока.

**Мяч с топотом.**

Участники игры делятся на две группы и встают друг против друга на расстоянии 4-6 м. На середину поля кладут любой предмет. Игру начинают по жребию первый игрок одной из команд. Он называет по имени игрока из второй команды, бросает ему мяч, быстро бежит на середину поля, останавливается у предмета, топает ногами и возвращается на место. В это время игрок, поймавший мяч, старается его осалить. Если он промахнется, то осаленный переходит во вторую группу. Побеждает группа, в которой окажется больше детей.

**Круг.**

Все играющие, кроме водящего, встают в круг и перебрасывают друг другу мяч, называя по имени того, кто должен его ловить. Водящий стоит в середине круга и старается ударить рукой по летящему мячу. Как только задержанный таким образом мяч упадет на землю, играющие разбегаются. Водящий быстро поднимает мяч и, крикнув «Стой!»,

старается запятнать кого-нибудь из игроков. Запятнанный становиться водящим. Если же водящий промахнется, то снова идет в круг водить. Водящий задерживает только летящий мяч, пятнает детей с того места, где поднял мяч.

**Мячи разные несем.**

Дети строятся в две шеренги у противоположных сторон площадки. У детей первой шеренги маленькие мячи. Дети второй шеренги поворачиваются спиной к стене. Первая шеренга поднимает мячи и приближается ко второй. Инструктор (воспитатель) проговаривает:

                Мы идем, идем, идем,

              Разные мячи несем.

Подойдя   ко   второй   шеренге   на   расстояние   двух   шагов,   дети   с   мячами останавливаются и кладут мячи на пол. Взрослый говорит:

У кого здесь мяч лежит,

Тот за нами не бежит,

А свой мячик поднимает

И скорее в нас бросает!

После этих слов дети первой шеренги быстро убегают на свои места, а дети второй шеренги поднимают мячи и бросают их в сторону убегающих. Дети, осаленные мячом, выбывают из игры, остальные продолжают игру, но шеренги меняются местами.

**Зайчики.**

Водящий с мячом располагается в центре круга. Пока водящий ударяет мячом об пол, зайчата прыгают, резвятся, имитируя бодрое и веселое настроение. Как только водящий поднимает мяч над головой, играющие быстро приседают и принимают позу спящих. Водящий внимательно следит за спящими. Тот, кто не сохранит позы спящего, выходит в центр круга и становиться водящим.

**Наоборот.**

Дети встают в круг. В центре - ведущий с мячом в руках, Показывая движения или действия с мячом, он бросает его одному из игроков со словами: «Сделай наоборот!». Игрок, получивший мяч, должен выполнить противоположное движение и вернуть мяч ведущему (например, при подбросе ведущим мяча вверх - ударить об пол, при перебросе из руки в руку - покатить по полу, при приседании с мячом - подпрыгнуть). В конце игры отмечаются дети, правильно выполнившие противоположные действия.

**Колобок.**

Играющие делятся на две команды и строятся в колонны по 5-6 человек. В руках у капитанов команд по мячу-колобку. Хором дети проговаривают:

Наш веселый колобок

Покатился на лужок,

Кто быстрей его вернет,

Приз команде принесет.

С последним словом капитаны команд поднимают мяч над головой, прогибаются назад и передают его следующему игроку. Стоящие последними игроки команд бегут с мячом вперед и встают впереди своих команд, игра продолжается до тех пор, пока первые игроки (капитаны) вновь не окажутся впереди.Условия игры; при передаче мяча ноги в коленях не сгибать, спина прямая. Игру можно проводить и из положения сидя, ноги скрестив, или сидя, ноги вытянув и раздвинув шире плеч.

**Воевода.**

Играющие по кругу перекатывают мяч от одного к другому, произнося:

Катится яблоко в круг хоровода,

Кто его поднял, тот воевода...

Ребенок у которого в этот момент окажется мяч - воевода. Он говорит:

Я сегодня воевода.

Я бегу из хоровода.

Бежит за кругом, кладет мяч на пол между двумя игроками. Дети хором говорят:

Раз, два, не воронь

И беги как огонь!

Игроки бегут по кругу в противоположные стороны, стараясь раньше напарника схватить мяч. Тот кто первым добежал и схватил мяч, катит его по кругу. Игра продолжается.

**Меткий стрелок.**

Выбранный по считалке водящий встает в центр кругу с мячом в руках. Он бросает мяч игроку, стоящему в круге, называя его имя. Тот, кого назвали, ловит мяч и перебрасывает его обратно.

Неожиданно водящий подбрасывает мяч вверх. Подброшенный мяч - сигнал к тому, что дети должны разбежаться в заранее обозначенные кружки-домики, расположенные в 2-3 м от основного круга. Водящий, не выходя из круга, должен попасть в одного из игроков, находящегося в таком кружке-домике.

Игроки, стоящие в кружках, подпрыгивают, увертываются от мяча.

Игрок, стоящий в кружке и поймавший мяч, становится водящим.

**Разноцветный** **мячик.**

Дети хором читают стихи В.Сусловой:

Разноцветный мячик

По дорожке скачет

По дорожке, по тропинке,

От березки до осинки,

От осинки - поворот,

Прямо к (Ване) в огород.

Играющие,   стоя   по   кругу,   передают   или   перебрасывают  друг  другу   мяч. Получивший мяч на слово «поворот» ударяет мячом об пол в ритм тексту последней строки, в которую вставляется имя держащего мяч, после чего все разбегаются, а игрок с мячом старается осалить, как можно больше ребят. Осаленные выбывают из игры. Через 1-2 минуты по сигналу взрослого игра прекращается. В конце игры подводится итог: кто из водящих осалил больше играющих.

**Кувшинчик.**

Один из участников - водящий. Он берет мяч - «кувшинчик» и, ударяя им о землю, поет:

Я кувшинчик уронил и об пол его разбил.

Раз, два, три, его, Ваня, лови!

Сразу же по окончании песни водящий сильно ударяет мячом о землю, а участник, имя которого было названо в песне, ловит его.

Игрок, поймавший мяч, отходит в сторону. А все остальные поднимают руки, образуя над головой круг - колесо, и поют:

Мы знаем все подряд, что ребята говорят:

Оля, коля, дуб зеленый, ландыш белый, зайка серый,

Брось!

Участник с мячом поет:

Я знаю все подряд , что ребята говорят:

Дуб зеленый, ландыш, мак,

Я бросаю мяч -вот так!

Он бросает мяч, стараясь попасть кому-нибудь из детей в сцепленные над головой руки. Кому попадет мячом в круг-колесо, тот и водит.

**Мячик кверху.**

(русская народная игра)

 Участники игры встают в круг, водящий идет в середину круга и бросает мяч со словами: «Мячик кверху!» Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круг. Водящий ловит мяч и кричит: «Стой!» Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Запятнанный становится водящим. Если же он промахнулся, то остается вновь водящим: идет в центр круга, бросает мяч кверху - игра продолжается. Правила игры. Водящий бросает мяч как можно выше. Разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли. Если кто-то из играющих после слова «Стой!» - продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего. Играющие, убегая от водящего, не должны прятаться за встречающиеся на пути предметы.

**Лапта.**

(русская народная игра)

 Для игры нужны небольшой резиновый мяч и лапта - круглая палка (длиной 60 см, ручка толщиной 3 см, ширина основания 5 - 10 см). На площадке проводят две линии на расстоянии 20 м. С одной стороны площадки находится город, а с другой - кон.

Участники игры делятся на две равные команды. По жребию игроки одной команды идут в город, а другая команда водит. Команда города начинает игру. Метальщик лаптой забивает мяч, бежит через площадку за линию кона, бежит через площадку за линию кона и снова возвращается в город. Водящие ловят отбитый мяч и стараются запятнать бегущего. Они могут перебрасывать мяч друг другу, чтобы попасть в бегущего на более близком расстоянии. Если игрокам поля удается запятнать бегущего на более близком расстоянии. Если игрокам поля удается запятнать бегущего, они переходят в город. В ином случае игроки остаются на местах. Игра продолжается, мяч забивает второй   игрок.   По  очереди  все играющие  бьющей  команды  выступают  в роли

метальщиков. Но не всегда игрокам удается сразу вернуться в город. В этом случае они ждут, что их выручат. Выручить может только тот, кто далеко отобьет мяч.

Нередко случается и так, что тот, кто ударил по мячу, не смог сразу перебежать за линию кона. Он ждет, когда мяч забьет следующий игрок, - тогда за линию кона бегут два игрока. Может создаться более трудное положение, когда все игроки бьющей команды, кроме одного, находятся за линией кона, тогда игроку, который еще не бил, разрешают ударить трижды. Если он промахнется, то игроки уступают свое место водящим.

Правила игры. Подавальщики не должны переступать черту города. Тому, кто не может забить мяч лаптой, разрешается его бросать в поле рукой. Команда города переходит в поле, если все игроки пробили мяч, но никто не перебежал за линию кона.

**Большой мяч.**

(русская народная игра)

Для игры нужен большой мяч. Играющие становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустил мяч между ног, становится водящим. Он встает за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадает в круг, играющие опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середине встает тот, кто пропустил мяч. Игра повторяется.

Правила игры. Икающие не берут в руки мяч в течении всей игры, они перекатывают его только ногами.

**Блуждающий мяч.**

Все играющие, кроме водящего, встают в круг на расстоянии вытянутой руки. Они передают друг другу большой мяч. Водящий бегает вне круга, старается дотронуться до мяча рукой. Если это ему удалось, то он идет на место того игрока, в руках которого находится мяч, а играющий выходит за круг. Игра повторяется.

Правила игры. Передавая мяч, играющие не должны сходить с места. Нельзя мяч передавать через одного, можно только рядом стоящему игроку. Водящему запрещается заходить в круг. Мяч можно передавать в любую сторону. Передача мяча начинается с того игрока, за которым стоит водящий перед началом игры. Играющий, уронивший мяч, становится водящим.

**Играй, играй мяч не теряй.**

Дети произвольно располагаются на площадке. Каждый играет с мячом, выполняя действия по своему выбору. После сигнал все быстро поднимают мячи вверх. Опоздавшие получают штрафное очко: Игра повторяется несколько раз. Выигрывает тот, кто не имеет штрафных очков.

Перед началом игры напомнить детям движения с мячом, которые они могут  
выполнять. Например, бросать мяч вверх, вниз, в корзину, перебрасывать мяч друг другу,  
отбивать мяч на месте правой (левой) рукой.                                                                                                                                          **Мяч по кругу.**

Дети делятся на несколько групп, расстояние между которыми 1,5 - 2 м. Каждая групп становится в круг: Дети бросают мяч друг другу, никого не пропуская. Выигрывает группа, в которой мяч меньше падал на пол.

**Будь внимателен.**

Дети становятся в круг, водящий (взрослый) - в центре. Водящий бросает мяч игрокам (выборочно). Тот, кто не смог поймать мяч, получает штрафное очко. Перед началом игры детям напоминают, как надо принимать мяч.

**Брось дальше.**

Дети (3-4) становятся у линии, начерченной на земле, и бросают мяч вперед. Воспитатель отмечет, кто бросил дальше всех. Большой мяч дети бросают двумя руками из-за головы, маленький - сначала правой, а затем левой рукой.

**Десять передач.**

Дети становятся парами, расстояние между игроками 1,5-2 м. У каждой пары — по мячу. По сигналу дети передают мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить на землю. Побеждает пара, быстрее всех сделавшая десять передач (без падения мяча), или та, которая дольше удержит мяч.

**Вызови по имени.**

Дети делятся на 3-4 группы, каждая из них становится вокруг обруч. Один игрок группы встает в обруч, у него в руках мяч. Назвав по имени кого-то из играющих, он бросает мяч высоко вверх. Ребенок, чье имя назвали, должен успеть поймать мяч. После этого он меняется с водящим местами. Игра продолжается. (Перед игрой надо обратить внимание детей на то, что сначала произносят имя и лишь затем бросают мяч).

**Сделай фигуру.**

Дети свободно располагаются на площадке, у каждого второго - мяч. Воспитатель говорит: «День», все свободно играют с мячом. Воспитатель считает: «Раз, два, три». На последний счет дети подбрасывают мячи вверх и ловят их после отскок от земли или на лету.

Играющие могут стоять по кругу в шеренге и бросать мячи через голову назад, прокатывать в разных направлениях.

**Поймай мяч.**

Дети делятся по трое. Двое игроков становятся друг против друга на расстоянии 3-4 м и перебрасывают мяч. Третий ребенок встает между ними и старается поймать мяч или хотя бы коснуться рукой. Если это ему удается, он меняется местами с ребенком, бросившим мяч.

Перед броском дети могут выполнять дополнительные движения, например, вести мяч на месте или в движении, бросать его вверх, вниз и т. д.

**У кого меньше мячей.**

Дети образуют две равные команды. Каждая из них берет несколько мячей и  
располагается на своей половине площадки. Площадка разделена сеткой, подвешенной на  
уровне 130-150 см. После сигнала воспитателя игроки перебрасывают мячи на площадку  
противника. Выигрывает команда, у которой на площадке после второго свистка  
находится меньше мячей.

**Ловишка в кругу.**

Дети становятся в круг, водящий - в центре. Дети перебрасывают мяч друг другу (через круг), водящий старается его поймать. Если водящий поймет мяч, он меняется местами с ребенком, который бросал мяч.

**Мяч**- **водящему.**

Дети делятся на 4-5 групп, каждая образует свой круг. В центре круг - водящий с  
мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч игрокам и получают его обратно.  
Когда мяч обойдет всех игроков группы (1-3 раз), водящий поднимет его вверх.

Побеждает команда, которая меньшее Количество раз уронит мяч или быстрее закончит игру.

**Стой!**

Дети становятся в круг, водящий с мячом - в центре. Он подбрасывает мяч вверх и называет имя одного из игроков. Ребенок, чье имя прозвучало, бежит за мячом (остальные игроки разбегаются в разные стороны) и как только берет его в руки, дает команду: «Стой!» все играющие останавливаются и замирают. Игрок старается попасть мячом в кого-нибудь из них. Тот, в кого попали, становится водящим, игра продолжается.

**Гонка мячей по кругу.**

Дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друг. У игроков, оказавшихся на расстоянии вытянутой руки друг от друг. У игроков, оказавшихся в круге напротив друг друга, мячи разного цвета или размера. После сигнала воспитателя все начинают передавать мячи друг другу (в одном направлении), стараясь догнать другой мяч.

**За** **мячом.**

Дети образуют несколько команд. Каждая команда делится на две команды, между которыми расстояние 2-3 м. Игрок, стоящий первым в одной из колонн - водящий. После сигнала он передает мяч первому игроку из второй колонны, а сам бежит в конец этой колонны. Ребенок, получивший мяч, также передает его игроку противоположной колонны и занимает место в конце этого ряда. Игра продолжается, пока все игроки вернуться на свои места, а мяч окажется у водящего.

(Чтобы дети правильно поняли, куда они должны встать после передачи мяча, педагог объясняет, что передвигаться нужно за мячом, по тому же направлению).

**Охотники и звери.**

У двоих детей (охотники) в руках мячи. Все остальные игроки - звери. Одна половина площадки - лес, другая - поле. Охотники стоят в центре. Звери свободно бродят в лесу. По сигналу воспитателя «Охотники!» все бегут из лес в поле. Охотники стараются поймать зверей - попасть мячом. Тот, кого коснулся мяч, должен лечь на том месте, где его «осалили».

**Мяч**- **противнику.**

Две группы детей располагаются в противоположных концах площадки. Между ними отмечается зона шириной 5-10 шагов, в центре которой - мяч. У каждого ребенка - по небольшому мячу. По сигналу воспитателя игроки обеих групп поочередно гонят мяч из зоны в сторону противник своими мячами. Выигрывает группа, которая быстрее справилась с заданием.

**Успей поймать мяч.**

Играющие становятся в 3-4 колонны у черты. Перед каждой колонной на расстоянии 2-2,5 м с мячом в руках встает водящий. По сигналу он бросает мяч игроку, стоящему первым, который, поймав мяч, возвращает его водящему и бежит в конец своей колонны. Второй игрок подходит к чёрте и тоже ловит мяч и т.д. игр продолжается до тех пор, пока первый игрок не займет снов место во главе колонны. Побеждает команда, быстрее закончившая игру. (Если ребенок не поймал мяч, водящий подбирает его и бросает еще раз.)

**Займи свободный кружок.**

Все дети, а исключением водящего, становятся в кружки (или обручи) диметром 50 см, начерченные  на земле в разных  местах  на  расстоянии 1,5-2 м  один  от другого.   Находящиеся в кружках   перебрасывают   мяч  друг другу в разных  направлениях.  Водящий   находится  между игроками    и   старается   поймать  мяч на лету или коснуться его рукой.  Когда водящему удается это   сделать,  воспитатель   дает   свисток.   По   свистку   игроки

меняются местами, водящий в это время старается встать в один из кружков.

Кто не успеет занять место в кружке, становится водящим. Игра продолжается.

Число водящих и количество мячей может быть различным, в зависимости от умения детей бросать и ловить мяч.

**Обгони мяч.**

В игре участвуют 2-4 команды. Игроки каждой команды становятся в круг, у одного из игроков (водящий) - мяч. После сигнала воспитателя водящий отдает мяч игроку, стоящему справа и бежит влево. Обежав круг, он возвращается на свое место. Ребенок, получивший мяч, так же передает его стоящему справа и т.д. (Второй игрок начинает движение, когда первый займет свое место.) игра продолжается до тех пор, пока все дети не обегут круг и мяч не возвратится к водящему. Выигрывает команда, быстрее закончившая игру.

**Круговая лапта.**

Дети образуют две равные команды. Игроки первой команды выходят на середину площадки, игроки второй команды, разделившись поровну, встают по ее противоположным краям. Они перебрасывают мяч через площадку, стараясь коснуться им игроков, стоящих в центре (мяч можно ловить). Тот, в кого попал мяч, выходит из игры, поймавший мяч остается на площадке. Когда всех игроков «выбивают», команды меняются местами. Побеждает команда, которая сумеет быстрее выполнить задание.

**Мотоциклисты.**

На площадке размечается улица шириной 2-3 м и длиной 4-5 м. Все дети (мотоциклисты) свободно ведут рукой мячи по площадке. Посередине улицы стоит регулировщик (он регулирует движение зеленым и красным флажками). Доехавший до улицы мотоциклист останавливается, если регулировщик показывает красный флажок, но мотор не выключает - ведет мяч на месте. Если поднят зеленый флажок, мотоциклисты проезжают улицу без остановки - ведут мячи бегом. Движения на улице одностороннее.

Через некоторое время игроки меняют руку.

**Ловец с мячом.**

Дети с мячами свободно передвигаются по площадке, один из них - водящий. Его задача, ведя мяч правой рукой, левой коснуться кого-то из игроков. Если ему это удается, «осаленный» становится водящим. Вначале роль водящего выполняет воспитатель, в дальнейшем - ребенок, хорошо владеющий мячом.

**Ведение мяча парами.**

Дети делятся по двое, у каждого игрока - мяч. Один ребенок свободно передвигается по площадке, другой - водящий. Его цель - не роняя мяч, коснуться рукой товарища по игре. Когда ему это удается, игроки меняются местами.

После того кК водящий коснулся своего товарищ, он должен продвинутся на 5-6 шагов вперед, и только тогда другой игрок может начать его ловить.

**Вызовы по номерам.**

Дети делятся на несколько команд (по 4-5 человек). В команде дети рассчитываются по номерам и становятся в колонну друг за другом. Перед каждой колонной расставляют кегли (5-6) на расстоянии 1-2 м одна от другой. Воспитатель называет номер игроков (не по очереди). Ребенок, чей номер назван, ведет мяч, обходя первую кеглю справ, вторую слева и т.д. последнюю же кеглю обегает кругом и так же, бегом, возвращается обратно.

Выигрывает команда, быстрее закончившая игру и уронившая меньше кеглей.

**Борьба**за **мяч.**

Дети делятся на две команды (надевают отличительные знаки). Каждая команда выбирает капитана. Воспитатель стоит в центре площадки, рядом с ним - капитаны. Он подбрасывает мяч, а капитаны стараются отбить его своим игрокам. Игрок, овладевший мячом, передает его своим партнерам, игроки другой команды стараются перехватить мяч. Команда, сделавшая 5 передач, получает очко. Выигрывает команда, набравшая большее количество очков.

Не разрешается бежать с мячом, его надо вести.

**Мяч-ловцу.**

На площадке чертят три круга, один в другом - первый диметром 1 м, второй - 3 м, третий - 5 м. В первый круг становится водящий (ловец), второй круг свободный, в третий - становятся защитники (4-6 человек). Остальные дети - игроки поля. Они ведут мяч, стараясь передать его ловцу. Защитники стараются им помешать. Если ловец поймает мяч, игроки меняются ролями: передавший мяч игрок становится ловцом, ловец – защитником, один из защитников переходит к игрокам поля.

**Мяч капитану.**

Площадка разделена на две части. В игре участвуют две команды. В каждой команде выбирается капитан, который становится в кружок (или обруч), нарисованный у дальнего края чужой площадки. Дети бросают мяч своему капитану, противники стараются перехватить мяч и передать его своему капитану.

Мяч можно вести одной рукой, передавать друг другу, но нельзя бежать с ним в руках.

**Выгони мяч.**

(русская народная игра)

На противоположных сторонах площадки отмечают две коновые линии. Расстояние между ними 5 -10 м.

Играющие делятся на две команды, встают друг против друга за линиями. По жребию одна из них начинает игру. Дети поочередно сильным ударом ноги посылают мяч в сторону своих противников. Те стараются не пропустить мяч за черту кона, отбивают его ногой. Если мяч не докатился до линии кона, то играющие передают его руками.

Так мяч переходит от команды к команде, пока не пройдет за линию кона. Играющий, пропустивший мяч, штрафуется (сзади него кладут любой предмет). Выигрывает команда, набравшая меньшее количество штрафных очков

Встречая мяч, играющий может выйти за коновую линию только на один шаг, Если мяч послан слабо и не докатился до кона, играющий также штрафуется.  ч

**Шлёпанки.**

(русская народная игра)

Играющие встают в круг лицом к центру на расстоянии одного шага один от другого. Выбирается водящий. Водящий выходит в центр круга. Называет по имени одного из детей, бросает мяч о землю так ,чтобы он отскочил в нужном направлении. Играющий, чье имя назвал водящий, ловит мяч и отбивает его (шлёпает ладонью). Число отбиваний мяча устанавливается по договоренности, но не более пяти. После отбиваний мяч перебрасывается водящему, и игра продолжается, пока кто-то из играющих не уронит мяч. В этом случае игра начинается сначала. Тот, кто уронил мяч, встает на место водящего.

Отбивать мяч, нужно стоя на одном месте. Играющий встает на место водящего только в том случае, если он поднял мяч с земли.

**Мяч.**

(карельская народная игра).

Играющие делятся на две команды. Игроки одной команды рисуют для себя на площадке крепость - квадрат, каждая сторона которой равна пяти шагам. Игроки другой команды находятся в поле. Они подходят к крепости не ближе чем на пять шагов. У одного из нападающих в руках мяч. Он бросает его в защитников крепости. Тот, в кого попали, поднимет мячик и бросает его в наступающих, те, в свою очередь, снова бросают мячик в защитников крепости. Промахнувшийся выбывает из игры.

Наступающие бросают мяч с определенного расстояния, не ближе. Они могут увертываться от мяча защитников только в пределах поля, защитники - в пределах крепости.

**Ловля оленей.**

Среди играющих выбирают двух пастухов, остальные участники - олени. Они становятся внутри очерченного круг. Пастухи находятся за кругом, друг против друг. По сигналу ведущего «Раз, два, три - лови!» пастухи по очереди бросают мяч в оленей, те убегают от мяча. Олень в которого попал мяч, считается пойманным. После четырех-пяти повторений подсчитывается количество пойманных оленей.

Игру надо начинать только по сигналу. Бросать мяч можно только в ноги играющих. Засчитывается прямое попадание, не после отскок.

**Круговой.**

(мордовская народная игра).

Играющие чертят большой круг, делятся на две равные команды и договариваются, кто будет в кругу, кто за кругом. Те, кто остается за кругом, распределившись равномерно стараются попасть мячом в детей, находящихся в кругу. Если кому-либо в кругу удается поймать мяч, он старается попасть им в любого ребенка за кругом. Если ему это удается,

то у него в запасе очко, если промахнется, то выходит из круга. Когда мяч запятнает всех детей, играющие меняются местами.

Мяч можно ловить лишь с воздух, от земли не считается. Осаленные выходят из круг. Ребенок, поймавший мяч и попавший в игрока за кругом, остается в кругу.

**Мяч по кругу.**

(татарская народная игра).

Играющие, образуя круг, садятся. Водящий стоит за кругом. По сигналу водящий бросает мяч одному из игроков, сидящих в кругу, сам отходит. В это время мяч начинают перебрасывать по кругу от одного игрок к другому. Водящий бежит за мячом и старается поймать его на лету. Водящим становится тот игрок, от кого был пойман мяч.

Передача мяча выполняется путем броска с поворотом. Ловящий должен быть готов к приему мяч. При повторении игры мяч передается тому, кто остался вне игры.

**Меткий стрелок.**

(башкирская народная игра).

Проводятся две параллельные линии на расстоянии 10-15м друг от друга. В середине между ними чертится круг диаметром 2м. один игрок-стрелок. Он с мячом в руках стоит в кругу. Остальные игроки начинают пробежку от одной линии к другой. Стрелок старается попасть в них мячом. Тот, в кого попал, становится стрелком.

В начале игры стрелком становится тот, кто после команды «Сесть!» присел  
последним. Момент броска мяча определяется самим стрелком. Мяч, брошенный мимо,  
игроки перебрасывают стрелку. Если игрок поймал мяч, брошенный в него, то это не  
считается попаданием.

**Подвижная игра «Третий лишний»**

Количество играющих *- 8-10 чел.*

*Подготовка.*В центре площадки очерчивают круг диаметром 3-4 м. Игроки в парах в затылок друг другу размещаются по кругу. Расстояние между парами 0,5-1 м. Взрослый назначает двух водящих: одного убегающего, другого догоняющего.

*Описание игры.*По звуковому сигналу убегающий стараются как можно дальше оторваться от догоняющего и затем неожиданно стает перед одной из пар, задний игрок, которой быстро убегает. Игра будет интереснее, если этот задний игрок станет догоняющим и сможет «салить» другого до тех пор, пока он не встанет перед какой-нибудь парой.

*Правила.* 1. Играющие при беге не имеют права касаться руками или другими частями тела других игроков.

                 2. Заднему из пары нельзя стартовать раньше, чем впереди встанет убегающий.

                 3. Убегающему нельзя пробегать внутри круга, в противному случае он становится догоняющим.

*Педагогическое назначение*. Игра способствует совершенствованию двигательных навыков бега, быстроты реакции и скорости бега, ловкости.

**Подвижная игра «Охота на зайцев»**

*Количество играющих:*- 8-10 чел.

*Подготовка.*Играющих делят на 2-3 команды, одна из которых - .«зайцы» - становится в центр. «Охотники» располагаются с одной стороны и получают волейбольный мяч.

*Описание игры:*По звуковому сигналу тренера «охотники», стараются попасть мячом в «зайцев». Те увертываются, перебегают в более безопасное место. «Заяц» уходит из игры, как только в него попали мячом. Игра продолжается до тех пор, пока не будут выбиты все «зайцы». После этого центр занимает другая команда, а играющая ранее встает на ее место. Выигрывает команда, которая затратит меньше времени всю игру или в  установленное  время  (например,  за  3  мин)  «выбьет»  больше  игроков  команды соперников.

*Варианты.* 1. «Выбивать» «зайцев» кроме бросков руками можно (комбинировать по ситуации) и ударом мяча ногой.

*Методические указания.* Необходимо добиться коллективности действий играющих, используя больше передач между партнерами.

*Педагогическое назначение*.

Игру используют для закрепления навыков ловли, передач и бросков     мяча.     Совершенствует,   быстроту     ориентировки     быстроту     реакции, сообразительность в выборе места, ловкость, точности движений, развивает коллективность действий.

**Подвижная игра «Волк во рву»**

*Количество играющих*— 8-10 и более чел.

*Подготовка.*В центре площадки «прокладывают ров» - чертят две параллельные линии на расстоянии 80 - 100 см друг от друга. На противоположных сторонах зала размечают линиями дна «дома». Выбирают одного - двух водящих - это «волки», которые занимают место во «рву». Остальные играющие - «зайцы», «овцы», «козы», располагаются за линией одного из «домов».

*Описание игра.*По сигналу взрослого «животные» стараются перебежать в другой дом к «маме», перепрыгивая на ходу через «ров», а затем в обратную сторону. «Волки» стремятся запятнать прыгающих. Пойманные отходят к «маме», получают дополнительную физическую нагрузку (например, сделать 10 отжиманий и 10 приседаний) и возвращаются к игре. Выигрывают те, кто не будет ни разу пойман. *Правила*. 1. Перебежки разрешаются только по сигналу.

                 2. Нельзя наступать на «ров».

                 3. «Волки» не имеют нрава выбегать из «рва».

                 4. Задержавшиеся (останавливавшиеся) перед «рвом» или вернувшиеся назад считаются пойманными. Маневрировать вдоль «рва» разрешается, но по команде тренера обязательно перепрыгнуть его.

                 5. Расстояние между линиями и количество «волков» может быть увеличено.

*Педагогическое назначение.* Игра способствует совершенствованию навыков в беге, прыжках в длину, маневренности, развивает ориентировку, сообразительность, смелость.

**Подвижная игра «Самый меткий»**

Количество играющих-  1-12чел.

*Подготовка.* На противоположных сторонах площадки чертят две параллельные линии, образующие «города». В центре и поперек поля (например, в зале - по средней линии баскетбольной площадки) устанавливают гимнастические скамейки, на каждую из которых кладут по 3 набивных мяча. Все играющие делятся на две равные команды, которые получают по мячу и располагаются вдоль линии своего «города».

*Описание игры.* Из пределов «города» ударом любой частью подъема или внутренней стороной стопы необходимо сбить набивной мяч. Игроки из обоих «городов» наносят удары одновременно.

*Правила.* 1. В течение игры футболист сам обеспечивает себя мячом и может выполнять удары из любой свободной точки своего «города». 2. Игрок, сбивший мяч, получает очко и обязан быстро установить мяч на место. 3. Команда, набравшая наибольшее количество очков (сумма очков игроков одной команды), за определенное время объявляется победительницей, а игрок, сбивший больше всего мячей, - самым метким. 4. Запрещается бить по мячу из-за пределов «города». 5. Удары наносят только по неподвижному мячу.

*Педагогическое назначение.* Игра способствует совершенствованию техники удара подъема и внутренней стороной стопы, развивает точность и координацию следить за действиями соперников

**Сказка про мячики**

(автор Андрей Воронин)

Жили - были в одном доме два мячика – футбольный и хрустальный. Футбольным дети и взрослые играли в футбол, а хрустальным любовались, потому что это был приз и он стоял на буфете.  Они редко общались, хотя и были родственниками, - уж слишком разные у них были судьбы. Футбольный мяч гоняли зимой и летом – и по травке, и по лужам, и по снегу, колотили по нему ногами  что есть силы, почти никогда не мыли и вообще не ухаживали. А хрустальный мяч раз в неделю протирали мягкой салфеточкой, раз в полгода мыли с мылом и полировали ему бока, так что блестящие огоньки сияли от него на всю комнату. Сразу было видно,  что у хрустального был верх и был низ, а по боку слева направо шла красивая надпись, и самые важные гости иногда оставляли там свои автографы. Он стоял выше всех безделушек в комнате и смотрел на них свысока, гордый и неприступный.

А у футбольного мячика не было ни верха,  ни низа, ни левого, ни правого бока,  - полное безразличие к таким важным вещам казалось хрустальному просто недопустимым.

«Как положат, так и лежит, – презрительно думал хрустальный. – Хотя, какое мне до него дело!»

И жил футбольный в шкафчике за туалетом, вместе со шваброй и лыжами. Но ему все в жизни нравилось – такой уж он уродился - бесшабашный и покладистый, можно было подумать даже – бесхарактерный, как говорится, перекати поле. Куда скажут, туда и летит. Он много повидал на своем веку, где только не был, даже за границу летал, и везде чувствовал себя превосходно.   
«И как это некоторые всю жизнь на одном месте сидят, ума не приложу!» - сетовал он иногда лыжам и швабре, и они молча соглашались – понятное дело, о ком речь. Хотя сами вслух так никогда бы не сказали – хрустальный был самым уважаемым в доме, и стоил в пять раз дороже кожаного.

Когда хозяева шли играть в футбол, швабра и лыжи иногда сплетничали.  
«Как вы думаете, лыжи, они друг другу, наверное, завидуют?» - спросила как-то раз швабра.

«С чего бы это? - отозвались лыжи. – Кому хочется битым быть, и кому не охота красоваться на самом престижном месте? Все хотят быть элитой!»  
«Ах, вы иногда бываете так прямолинейны! Не все так просто, мне кажется. Вот если бы вас поставили в комнату и никогда бы не надевали на прогулки – что бы вы запели?».

«Да, пожалуй, мы бы от скуки рассохлись – вот летом, какая скукотища! Только зимы и ждем! Ты права. Но хрустальным мячом не поиграешь, он специально таким важным сделан, - стой и красуйся, за это его и любят».

«А вы его любите?»

«Честно говоря, терпеть не можем! Пустышка, только важничать и умеет! Наш куда интереснее!»

«А как вы думаете, кого больше хозяева любят?»

«Думаем, тоже кожаный, зато хрустальный больше уважают».

И они умолкли, размышляя, что важнее в жизни – любовь или уважение. Конечно, хорошо и то, и другое вместе, но ведь так не бывает? Хрустальный мяч – даже и не мяч, а символ победы, память о победе. Сам по себе он больше ни на что не годится, только как напоминание о чем-то, чем он сам не является. А кожаный – самый что ни на есть мяч, и не только что победа, но и даже сама игра без него просто невозможна. Хотя, с другой стороны, ему несладко приходится, колотят по нему все кому не лень. Интересно, кто же из них все-таки счастливее?

И вот однажды в этом доме случился пожар. Люди забегали, закричали, стали вытаскивать дорогие вещи и документы, сваливали все прямо на землю. Потом приехали пожарные на трех красных машинах, стали поливать дом водой, а жильцы стояли, окаменев от горя и страха, и с тоской смотрели, как весь дом заливается водой, по земле в мутных ручьях плывут их вещи, и говорили что какое счастье, что все успели выбежать на улицу. Пожар потушили, и люди поднялись в свои квартиры, ужасно пропахшие  дымом и еще чем-то противным. Вошли в свою квартиру и хозяева двух мячей. Вода уже почти вся вытекла, но зато были смыты почти все вещи – со стен, шкафов, столов и тумбочек. На полу в куче мусора блестели яркие стеклышки – остатки хрустального мяча. Хозяева долго-долго выносили мусор, испорченные вещи, сломанную мебель и часто горько вздыхали над разбитыми или просто безнадежно испорченными предметами. Особенно жалко им было хрустальный мяч – такого уже больше не купишь, и красивые размашистые подписи важных гостей тоже уже не восстановишь. Ну, через какое-то время и противный запах выветрился, и были привезены новые диван и кресло, шкаф и стол – все стало как прежде. Хозяева погоревали – погоревали, да и стали потихоньку забывать о пожаре. А в один прекрасный день достали из кладовки старый кожаный мяч и пошли играть в футбол.

**Стихи про мяч**

|  |  |
| --- | --- |
| **Н. Зубарева** **Мяч** под кресло закатился И лежит там, затаился. Как теперь в футбол играть? Чем голы мне забивать? Эй, довольно там валяться, Мне пора тренироваться! Вылезай-ка, хитрый мячик, Здесь тебя заждался мальчик! Я дружком тебя считал, Без тебя мне скучновато! Я бы сам тебя достал, Жаль, что ручки маловаты!  **О. Христолюбова** Не стоит на месте Вовка: И вприпрыжку он, И вскачь. "У меня есть мячик ЛОВкий!" "Как быть может - ловким - мяч?" "Высоко его бросаю, Бью с разбега - далеко, Всё равно его поймаю, ЛОВкий - ЛОВится легко!" | **Н. Родивилина** Круглый я, как колобок. У меня упругий бок. Весел очень и прыгуч, Долететь могу до туч! Жизнь, конечно, не легка - Постоянно бьют бока, Но ударов не боюсь, В крепкой форме остаюсь. Не давайте мне лежать, Я могу и убежать, Без движенья - хоть заплачь! Угадали? Это **мяч**!  **Е. Эрато** По дорожкам сада, вскачь, Побежал упрямый **мяч**, И весёлою гурьбой Позвал ребят всех за собой. Сине-красные бока, К нему притронешься слегка,- Он земли коснётся, А в руки не даётся. |
| Стихотворения из сборника **Е. Железновой:** По мячу ладошкой бьём Дружно, весело вдвоём. Мячик - мячик, мой дружок Звонкий, звонкий, звонкий бок. По мячу ладошкой бьём Дружно, весело вдвоём. Мяч бросаю и ловлю  Я с мячом играть люблю. Мячик, мамочка, не прячь, Мне бросай обратно мяч. Мяч бросаю и ловлю! Я с мячом играть люблю! | **Н. Эпатова** Купили мячик Насте, Сказал он громко: «Здрасте!». Звонко шлепнулся об пол, И скакать, скакать пошел. Вот чудесная игрушка, Ни кольцо, ни погремушка. Его стукнешь лишь ладошкой, А он прыгает, как кошка. Купили мячик Насте, Сказал он громко: «Здрасте!». Я играю им впервые. Правда, мячики живые? |
| Летит мой **мяч**, Летит к тебе, Смотри, не прозевай! Лови его, держи его, И снова мне бросай.  Друг весёлый, мячик мой! Всюду, всюду он со мной! Раз, два, три, четыре, пять, Хорошо мне с ним играть!  Круглый мячик без запинки Скачет, скачет по тропинке Часто, часто, низко, низко От земли к руке так близко Скок и скок и скок и скок Не скачи под потолок Скок и скок и стук и стук Не уйдёшь от наших рук. | **Мячик**в луже, мячик в луже, никому-то он не нужен. Прыгал, прыгал целый день, всякий бил, кому не лень. И с помятыми боками, ссадинами, синяками он теперь в большой беде – он один лежит в воде. Мой славный мяч, Забавный мяч На месте не сидит! Возьму его, пущу его, И снова он летит! |
| **С.Маршак**  Мой веселый звонкий **мяч**, Ты куда помчался вскачь? Красный, желтый, голубой, Не угнаться за тобой! Я тебя ладонью хлопал. Ты  скакал и  звонко топал. Ты пятнадцать раз подряд Прыгал в  угол и назад. А потом ты покатился И назад не воротился. Покатился в огород, Докатился до ворот, Подкатился под ворота, Добежал до поворота. Там попал под колесо. Лопнул, хлопнул  вот и всё! | **Н. Кечатова** Подарили  Дане  мяч - Мяч  к  нему  пустился  вскачь . Он  весёлый  и  упругий : Прыг  да  скок -- и  прямо  в  руки ! Прыг  да  скок , прыг да  скок -- Замечательный  дружок ! Что  такое ? -- Даня  плачет , В  уголке  притихший  мячик  Даня , Данечка , не  плачь ! Кто  тебя  обидел ? - Мя-а-ач! Я  его  об  стенку - хлоп ! Отскочил  и  прямо  в  ло-об  Просто  шутит  твой  дружок - Прыг  да  скок , прыг  да  скок ! Зря  не  дуйся , милый  Данька - Вон  и  мячик  грустный , глянь-ка ! |

**Загадки про мяч**

(автор В. Стручков)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Круглый я как Шар земной Все гоняются за мной. Лупят ногами, руками, А я убегаю - прыжками. | ЗЗвонкий, громкий и прыгучий Улетает аж за тучи И на радость детворе Звонко скачет во дворе. | У Непоседы - паренька. Круглые бока. Ударишь - не плачет, А всё выше скачет. |
| автор С. Мельников  Люди бьют его руками, Головою и ногами, Клюшкой по траве катают, В сетку и кольцо кидают, Вверх взлетает птицей вольной И ему совсем не больно. В лоб ударит, ты не плачь. Называется он… **(Мяч! )** | Сделан из резины. Купили в магазине Скачет звонко В руках ребёнка! | Узнаёте Циркача! Он умчался топоча. Прыгал звонко у ребят - Закатился в палисад. И теперь из палисада Доставать беднягу надо. |