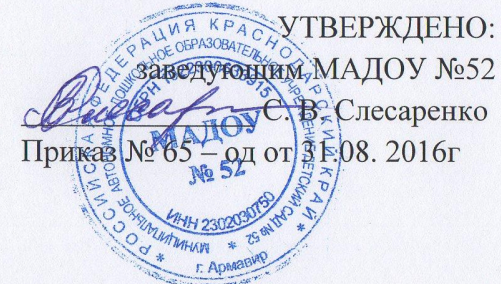


**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 52**

ПРИНЯТО:

Решением педагогического совета
протокол № 1 от 30.08.2016г



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ПЛАТНЫХ УСЛУГ «ШКОЛА ВОЛЕЙБОЛА»**

Инструктора по физической культуре: Мишустина Марина Сергеевна

г. Армавир, 2016год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа физкультурно - спортивной направленности «Школа мяча» (с элементами волейбола) разработана в соответствии с нормативными документами:

- Конституция РФ;
- Конвенция ООН «О правах ребенка»;
- Федеральный закон от 29.12.12 г. № 273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», гл. 1 ст. 2 п. 9, гл.2 ст. 12 п. 4,5,6;
- Письмо Министерства образования РФ от 18.06.03 г. № 28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций. СанПиН 2.4.1.3049-13 (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 15.05.2013 г);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008)

Программа разработана в соответствии с требованиями к программам дополнительного образования детей.

Цель программы:

- Обучение детей основным приёмам техники волейбола, владения мячом в игровых условиях;
- Освоение спортивной игры Мини-волейбол в доступной форме;

-Задачи программы:

- ✓ Укрепление здоровья и закаливание организма воспитанников;
 - ✓ Содействие правильному физическому развитию;
 - ✓ Повышение общей физической подготовленности, развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка;
 - ✓ Изучение и совершенствование основ техники и тактики игры;
- Приобретение навыка в проведении игровых тренировочных занятий и соревнований;

Освоение основных движений:

1. Прыжки вверх с места.
2. Подпрыгивание вверх до предмета, подвешенного на высоте 15-20см. выше поднятой руки ребёнка.
3. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 10 раз подряд.
4. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной рукой 4-6 раз подряд
5. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя разными способами.
(Снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю).
6. Метание мяча в вертикальную, горизонтальную цель с расстояния 4-5м.
7. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении.
8. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами.
9. Метание вдаль на расстояние 5-9 метров.

Разучивание с детьми характерных для данного вида спорта движений.

- 1.Бросание мяча в разных направлениях.
- 2.Бросок мяча вверх и ловля его двумя руками.
- 3.Бросок мяча вверх вперёд через сетку
- 4.Ловля мяча на лету.
- 5.Перебрасывание мяча партнёру удобным способом.
- 6.Перебрасывание мяча через сетку друг другу.
- 7.Передача мяча двумя руками от груди и ловля его двумя руками.
- 8.Перебрасывание мяча через сетку правой и левой рукой.
- 9.Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.
- 10.Прыжки вверх, с броском мяча через сетку.

Развитие физических качеств:

- ✓ Ловкость.
- ✓ Быстрота.
- ✓ Меткость.
- ✓ Сила.

- ✓ Координация движений.
- ✓ Выдержка.
- ✓ Выносливость.
- ✓ Воспитание устойчивого интереса к спорту.
- ✓ Формирование навыков здорового образа жизни.
- ✓ Формирование навыков коммуникативного поведения, умение играть в команде.
- ✓ Закрепление понятий формы, величины, цвета (упражнения со спортивным оборудованием мячом разного диаметра).
- ✓ Формирование умения ориентироваться во времени, в пространстве (вверх-вниз, направо - налево, вперёд-назад, перестроения). Закрепление порядкового счета (использование считалок, игр со словом схем, расчет на первый - второй, ведение счёта в спортивной игре).

Обоснование выбора программы:

Наши дети живут в условиях постоянно меняющейся действительности. На смену увлекательным спортивным играм пришли не менее увлекательные – компьютерные. Дети перестали выходить на улицу во двор, отдавая предпочтение малоподвижным видам деятельности: компьютерные игры, просмотр мультфильмов. Это вызывает озабоченность врачей и педагогов «очень мало двигаются дети»! А для ребёнка малоподвижный образ жизни – это потеря здоровья, нарушение физического интеллектуального развития. Именно в подвижных играх ребёнок ликвидирует дефицит движений, получает радостные эмоции и переживания.

Программа «Школа мяча для дошкольников» (с элементами волейбола) - это подвижные игры, упражнения с мячом, в ходе которых дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, перебрасывая его через сетку, метании на дальность и в цель, но так же в ходьбе, беге, прыжках. У детей старшего дошкольного возраста при систематическом обучении значительно улучшаются навыки владения мячом. Они свободно его держат, передают, бросают, умеют следить за полётом мяча и устремляются в сторону летящего мяча, стараясь поймать его. Дети старшего дошкольного возраста в состоянии понять сущность коллективной игры с мячом, цель и её правила.

Обучение спортивной игре мини-волейбол обеспечивает детям право выбора, предоставляет возможности для проявления личных интересов и способностей, а так же формирует привычку к здоровому образу жизни.

В 5-6 лет дети уже могут усвоить определённую последовательность изменения ситуаций, их взаимосвязь и могут подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.

Наблюдая за ребятами, беседуя с ними, при просмотрах видеофильмов спортивной тематики было видно, что детей привлекает спортивная игра волейбол. Волейбол - один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших народное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание, он доступен детям, в него можно играть как в спортивном зале, так и на открытой площадке. Игра в волейбол не только укрепляет здоровье, но и воспитывает такие чувства как смелость, настойчивость, целеустремлённость, коллективизм, взаимопомощь, чувство дружбы. Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности координации движений и ориентировке в пространстве.

Игры с мячом оказывают разностороннее воздействие на психофизическое развитие ребёнка.

1. Наглядные методы и приёмы обеспечивают яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений, необходимых для возникновения у ребёнка наиболее полного и конкретного представления о движении, активизирующие развитие его сенсорных способностей;
2. Словесные методы и приёмы обращены к сознанию детей, помогают осмыслить поставленную перед ними задачу и сознательно выполнять двигательные упражнения. Словесные методы играют большую роль в усвоении содержания и структуры упражнений, самостоятельном их применении в различных ситуациях;
3. Практические методы и приёмы связаны с практической двигательной деятельностью детей, обеспечивают действенную проверку правильности восприятия движений, на собственных мышечно-моторных ощущениях. Практические методы характеризуются полной или частичной регламентацией, проведением упражнений в игровой форме, использованием элементов соревнования, это содействует лучшему освоению двигательных умений и навыков, сохранению оптимального функционального состояния организма и психики ребёнка;
4. Соревновательные методы и приёмы используются в целях совершенствования уже приобретённых двигательных навыков. Обязательное условие соревнования – соответствие его физическим силам детей, воспитание морально-волевых качеств, а так же правильная оценка своих достижений и других детей на основе сознательного отношения к требованиям.

Учитывая содержание упражнений, возрастные возможности и индивидуальные особенности детей, воспитатель в начале обучения использует наглядность – восприятие ребёнком образца движения в сочетании с пояснениями, потом педагог опирается на уже имеющиеся у детей жизненный опыт и конкретные представления о движениях.

Вслед за наглядными или словесными методами непременно должны следовать практические действия детей – самостоятельное выполнение движений под руководством воспитателя.

Этапы реализации программы:

Направления работы	Планируемые мероприятия	Сроки проведения	Ответственный
<u>1 этап диагностический</u>			
Организация работы с педагогическим коллективом	Составление плана работы по реализации программы «Школа мяча» (с элементами волейбола).	декабрь 2016	Старший воспитатель Инструктор по физической культуре
	Составление перспективного планирования	декабрь - январь	Инструктор по физической культуре
	Составление календарного планирования	декабрь - январь	Инструктор по физической культуре
	Диагностики детей по умению владеть мячом (М.А.Рунова)	декабрь	Инструктор по физической культуре
	Создание картотек Игры и упражнения с мячом Комплексы ОРУ с мячом	В течение года	Инструктор по физической культуре
	Приобретение спортивного инвентаря, дидактического материала	В течение года	Инструктор по физической культуре
	Подбор методической литературы для реализации данной программы.	В течение года	Инструктор по физической культуре
Организация работы с	Анкетирование родителей в целях выявления спортивных	В течение года	Инструктор по физической культуре

родителями	предпочтений в семье Проведение консультаций Привлечение родителей к совместным досугам Фотовыставки Приобретение плакатов, художественной литературы		культуре
<u>2 этап</u>			
Организация работы с педагогами	Составление плана работы и разработка конспектов для образовательной деятельности с детьми на физкультурных занятиях	декабрь Приложение № 1 Приложение № 2 Приложение № 3 Приложение № 4	Старший воспитатель Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
	Диагностика	Декабрь – май	Инструктор по физической культуре
	Беседы с детьми и воспитателями «Правила техники безопасности»	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Изучаем правила: игры в волейбол (просмотр аудиозаписи элементов игры в волейбол для дошкольников)	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Подготовка к проведению «Недели здоровья»	Январь	Инструктор по физической культуре
	Папка раскладушка «Всё о мячах », «Играем в волейбол»	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Составление картотек. «Игры и упражнения с мячом»	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	«Комплексы ОРУ с мячом»	Декабрь	Инструктор по физической культуре

			культуре
	Консультации «Пребывание детей на свежем воздухе»	Февраль	Инструктор по физической культуре
	«Игра как средство формирования способности к доброжелательному общению»	Март	Инструктор по физической культуре
Организация работы с родителями	Развлечение «Мяч через сетку» (старшие группы)	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	«Королевство волшебных мячей»»	Январь	Инструктор по физической культуре
	«Зимняя олимпиада» на улице (подготовительные группы)	Январь	Инструктор по физической культуре
	«Смешарики - волейбол»	Апрель	Инструктор по физической культуре
	«Экспедиция в тундру» на улице старшие группы	Апрель	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
	Консультации «Прогулка время для обучения детей разным видам спорта»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
	«Игры и игровые ситуации на улице »	Октябрь	Инструктор по физической культуре
	«Весёлые и полезные подвижные игры»	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
	«Нравственное воспитание дошкольника в семье и детском саду»	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Проведение конкурса и оформление выставки работ	Февраль	Инструктор по физической культуре

	«Зимние виды спорта»		культуре Воспитатели групп
	Анкетирование родителей «Часто ли болеет ваш ребёнок?»»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
	«Соблюдаете ли вы дома режим дня?»»	Февраль	Инструктор по физической культуре
	Приобретение спортивного инвентаря (волейбольная сетка, мячи, разметка площадки, схемы, иллюстрации).	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
	Фото - выставка «Спорт и я - друзья!»	Май	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
<u>3 этап</u>			
	Мониторинг программной деятельности: - анализ работы о проделанной работе за учебный год	Май 2016	Инструктор по физической культуре
	Создание презентации «Детский сад и спорт»	Май 2016	
	Соревнование «В стране весёлых мячей» (старшие группы) на улице	Май	Инструктор по физической культуре
	Игра « Пионербол» старшие группы на улице	Май	Инструктор по физической культуре

Ожидаемые результаты:

Разработка перспективных, диагностических карт с учетом возраста и примерной основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. Повышение профессионального уровня.

Реализация программы предусматривает проведение мероприятий в трех направлениях:

1. Совместная деятельность с детьми.
2. Взаимодействие с семьями воспитанников.
3. Самостоятельная деятельность детей

Принципы по обучению детей игре Мини-волейбол:

1. Систематичность.
2. Последовательность.
3. Доступность.
4. Соответствие возрастным особенностям.
5. Взаимосвязь физических навыков с практической деятельностью.
6. Усложнение от простого - к сложному.

Методические рекомендации.

С детьми дошкольного возраста следует начинать разучивать элементы волейбола в старшей группе в специально созданных условиях, но можно привлекать и среднюю группу. Для этого подбираются лёгкие упражнения характерные для данного вида спорта, но являются более простыми и лёгкими. На начальном этапе необходимо больше внимания уделять разнообразию упражнений. Только после того как дети научатся свободно действовать с мячом, целесообразно проводить подготовительные упражнения и игры по обучению ловле, перебрасыванию мяча через сетку, передаче. В начале обучения элементам спортивной игры внимание ребёнка педагог направляет на качество выполнения каждого движения. В дальнейшем можно применять упражнения с элементами соревнования. Их надо проводить с целью закрепления ранее изученного упражнения.

Закрепление и совершенствование действий с мячом осуществляется в основном в подвижных играх и игровых упражнениях включающих эти действия.

При обучении ловли мяча надо обращать внимание на положение пальцев рук. Обучая детей выполнять подачи, пасы, перебрасывания через сетку необходимо развивать и совершенствовать умение делать это разными способами.

Разучивая правила игры целесообразно использовать схемы, иллюстрации, игровые упражнения.

Правила игры.

С детьми дошкольного возраста проводится упрощённый вариант спортивной игры. Правила игры имеют некоторые особенности. Здесь не применяются трудные и недоступные детям требования. Воспитатель может сам оговорить некоторые правила. Основное отличие от классического волейбола заключается в том, что мяч в процессе игры берётся в руки, соответственно подача и пас партнёру, перевод мяча соперникам осуществляется не ударом, а броском.

В Мини-волейбол играют на прямоугольной площадке, разделённой пополам сеткой Ш. - 1метр, высота 15см выше поднятой руки ребёнка, резиновым мячом.

Каждая команда состоит из 6 игроков. 3 игрока располагаются под сеткой (передняя линия), и 3 сзади (задняя линия). Матч состоит из 3 партий до 10 очков.

Если мяч задел сетку, потолок, стену, упал за линию поля, как при подаче, так и при переводе мяча соперникам – считается потеря подачи, и мяч отдаётся другой команде.

Игра начинается с подачи мяча через сетку. Мяч получает ребенок, стоящий во втором ряду справа. Тот, кто принял мяч, перебрасывает его товарищу по команде, тот другому, а третий перебрасывает через сетку. (Выполнение паса). Можно выполнять три шага к сетке и бросать мяч на сторону соперника. Команде, не удержавшей мяч, засчитывается гол. Мяч передается другой команде, при этом её игроки выполняют переход хода по часовой стрелке. После окончания партии, команды меняются полями.

Правила техники безопасности:

1. В начале занятия следует сделать разминку, хорошо разогреть мышцы, связки;
2. Осмотреть игровую площадку, чтобы на ней не было опасных предметов;
3. Внимательно следить за тем, чтобы мяч не попал под ноги;
4. После прыжков приземляться на согнутые ноги на носки с перекатом на всю стопу;
5. Быть внимательными к товарищам по команде

Необходимый спортивный инвентарь, дидактический материал.

1. Волейбольная сетка.
2. Мяч.
3. Размётка площадки.
4. Иллюстрации.
5. Картотеки: Подвижные игры с мячом, Пальчиковые игры, Гимнастики для глаз.
6. Коллаж: «Какие разные мячи».

Перспективно – календарное планирование декабрь – май 2016 - 2017 г		
ДЕКАБРЬ 2016г		
I неделя	<p>I занятие Тема: «Подбрось, поймай мяч» (элементы волейбола).</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками. • Учить детей перебрасывать мяч через сетку двумя руками от груди. • Следить, чтобы дети не заступали за среднюю линию под сеткой, не выхватывали мяч друг у друга. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Подбрось, поймай мяч». «Перебрось мяч товарищу». «Перебрось мяч точно в руки».</p>	<p>II занятие Тема: «Подбрось одной, поймай двумя руками».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей подбрасывать мяч вверх одной рукой и ловить его двумя руками. • Учить детей перебрасывать мяч через сетку одной рукой. • Развивать внимательность детей, умение ориентироваться в пространстве. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Подбрось мяч одной и поймай его двумя руками». «Перебрось мяч через сетку одной рукой» Игра: «Не урони мяч»</p>
	<p>III занятие Тема: «Бросание мяча вверх, о землю и ловля его</p>	<p>IV занятие Тема: «Изучаем подвижные игры»</p>

<p>II неделя</p>	<p>двумя руками» (элементы волейбола).</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками после отскока об землю. • Учить детей перебрасывать мяч друг – другу через сетку после отскока об землю. • Развивать внимательность у детей <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Подбрось, поймай мяч после отскока об землю».</p> <p>«Перебрось мяч через сетку после отскока об землю».</p> <p>Игра: «Не урони внимательно смотри».</p>	<p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей передавать мяч не сильно и точно, при передаче делать обманные движения для соперников броски; • Учить детей не ронять мяч при замахах • Учить детей перебрасывать мяч с любого места, так чтобы соперники не смогли поймать его. <p>Подвижные игры с элементами волейбола:</p> <p>«Передай не роняй»</p> <p>«Чей мяч улетит дальше»</p> <p>«Поймай мяч переправь через сетку»</p>
<p>III неделя</p>	<p>V занятие</p> <p>Тема: «Точно в цель».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей метать мяч в вертикальную, горизонтальную цель с расстояния. • Учить детей метать мяч вдаль, в обруч. • Упражнять детей в умении ориентироваться в пространстве. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Попади в цель с расстояния».</p>	<p>VI занятие</p> <p>Тема: «Прыжки вверх».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей прыжкам вверх с места. • Учить детей подпрыгивать вверх до предмета, подвешенного на высоте . • Учить детей прыжкам вверх с броском мяча через сетку. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Вверх с места».</p> <p>«Достань до предмета».</p> <p>«Вверх через сетку».</p>

	<p>«Брось вдаль».</p> <p>Игра: «Подвижная цель».</p>	
IV неделя	<p>VII занятие</p> <p>Тема: «Отбей мяч».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей отбивать мяч об пол двумя руками. • Учить детей отбивать мяч об пол правой и левой рукой. • Учить детей отбивать мяч от пола ребром ладони и кулаком. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Об пол двумя руками».</p> <p>«Об пол одной рукой поочередно»</p> <p>«Об пол кулаком» (для детей 5-7 лет).</p> <p>«Об пол ребром ладони» (для детей 5-7 лет).</p>	<p>VIII занятие</p> <p>Тема: «Бросок мяча вперёд через сетку» (элементы волейбола).</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей подбрасывать мяч вперед через сетку. • Учить детей ловить мяч на лету • Учить детей в умении перебрасывать мяч друг – другу через сетку. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Перебрось мяч товарищу».</p> <p>«Перебрось мяч точно в руки».</p> <p>«Лови мяч».</p>
ЯНВАРЬ 2017г.		
II неделя	<p>I занятие</p> <p>Тема: «Подвижные игры с элементами волейбола»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей реагировать на сигнал и ловить мяч двумя руками во время движения. • Упражнять детей в бросании мяча в точном направлении. 	<p>II занятие</p> <p>Тема: «Подбрось мяч»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Упражнять детей в умении подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками. • Учить детей подбрасывать мяч вверх и ловить его после хлопка в ладони. • Развивать внимательность детей, умение

	<ul style="list-style-type: none"> Учить детей перебрасывать мяч с одной стороны круга на другу. <p>Обучающие игры с элементами волейбола: <i>«Кого назвали, тот ловит мяч».</i> <i>«Мяч водящему».</i> <i>«Передал – садись».</i> <i>«Успей поймать».</i></p>	<p>ориентироваться в пространстве.</p> <ul style="list-style-type: none"> Учить детей бросать мяч вверх и ловить его одной рукой. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Подбрось, поймай мяч после хлопка».</i> <i>«Подбрось одной рукой».</i> <i>«Подбрось мяч»</i> Игра: «Не урони внимательно смотри».</p>
III неделя	<p style="text-align: center;">III занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Перебрасывание мяча в парах»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Учить детей передавать мяч двумя руками товарищу от груди и ловля его двумя руками. Учить детей перебрасывать мяч товарищу и ловить после хлопка в ладони. Перебрасывание мяча партнёру удобным способом. <p style="text-align: center;">Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p><i>«Перебрось мяч товарищу от груди».</i> <i>«Поймай после хлопка в ладони».</i> <i>«Мяч партнеру»</i></p>	<p style="text-align: center;">IV занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «В движении с мячом»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Учить детей отбивать мяч одной рукой с продвижением вперёд. Учить детей отбивать мяч с продвижением в разных направлениях и с увёртыванием. Учить детей отбивать мяч с продвижением боковым галопом вправо, влево, по кругу. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Отбей с продвижением вперед».</i> <i>«Отбей мяч с увертыванием».</i> <i>«Отбей мяч «головой».</i> Игра: «Подвижная цель».</p>
	<p style="text-align: center;">V занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Через сетку»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Упражнять детей перебрасывать мяч друг – другу через сетку после отскока об землю. 	<p style="text-align: center;">VI занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Мяч о стенку»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Учить детей отбивать от груди мяч двумя руками о стенку. (Расстояние от 50 см до 1

<p>IV неделя</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Упражнять детей в умении перебрасывать мяч друг – другу через сетку. • Учить детей перебрасывать мяч друг другу и ловить его стоя, сидя разными способами. • Учить детей перебрасывать мяч товарищу, стараться попасть в соединенные кольцом руки партнера перед грудью кольцом <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Перебрось мяч через сетку после отскока об землю».</i> <i>«Перебрось мяч товарищу».</i> <i>«Перебрось мяч разным способом».</i> <i>«Попади в кольцо»</i></p>	<p>м и более).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей снизу двумя руками отбивать мяч о стенку и ловить его после отскока об пол. • Учить детей от плеча (правой рукой) отбить мяч об пол и поймать двумя руками после отскока о стену. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Брось мяч от груди о стенку».</i> <i>«Брось мяч снизу о стенку».</i> <i>«Отбить мяч о пол и поймать после отскока о стену».</i></p>
<p align="center">ФЕВРАЛЬ 2017г.</p>		
<p>I неделя</p>	<p align="center">I занятие Тема: «Прыжки вверх»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Упражнять детей в умении прыгать вверх с места. • Упражнять детей в умении подпрыгивать с места вверх до предмета, подвешенного на высоте. • Учить детей подпрыгивать вверх до предмета, подвешенного на высоте, с разбега. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p>	<p align="center">II занятие Тема: «Подбрось, поймай мяч»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Упражнять детей в умении бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками. • Упражнять детей в умении подбрасывать мяч вверх и ловить после одного или двух хлопков. • Упражнять детей в умении бросать мяч вверх и ловить его одной рукой. • Упражнять детей в умении подбрасывать и ловить мяч двумя руками.

	<p>«Вверх с места».</p> <p>«Достань до предмета».</p> <p>«Вверх до предмета с разбега»</p>	<p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Лови мяч после отскока о землю».</p> <p>«Подбрось мяч с хлопком в ладоши».</p> <p>«Одной рукой с мячом».</p> <p>«Лови и подбрасывай мяч двумя руками».</p>
II неделя	<p>III занятие</p> <p>Тема: «Разучивание характерных для волейбола движений».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Учить детей сохранять стойку волейболистов в перебрасывании мяча друг – другу через сетку. Учить детей делать только три шага к сетке, чтобы перебросить мяч. Развивать внимание, быстроту, умение ориентироваться в пространстве. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Мяч товарищу через сетку, сохранив стойку».</p> <p>«Три шага к сетке».</p> <p>Игра: Ходим, бросаем, ловим.</p>	<p>IV занятие</p> <p>Тема: «Перебрось мяч через сетку товарищу»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Упражнять детей в умении перебрасывать мяч через сетку из-за головы, так чтобы мяч не коснулся сетки. Упражнять детей в умении перебрасывать мяч через сетку от груди. Учить детей в умении перебрасывать мяч, через сетку делая не более трёх шагов. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Перебрось мяч через сетку из-за головы».</p> <p>«Мяч через сетку от груди».</p> <p>«Делай три шага».</p> <p>Игра: «У кого меньше мячей».</p>
	<p>V занятие</p> <p>Тема: «Подвижные игры с элементами волейбола»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Совершенствовать умение ловить мяч, брошенный воспитателем или товарищем на 	<p>VI занятие</p> <p>Тема: «Упражнения с мячом у стенки»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Учить детей двумя руками из-за головы отбивать мяч об пол, стараясь бросить ближе к стенке, и ловить после отскока о

<p>III неделя</p>	<p>различном расстоянии.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развивать умение передвигаться по площадке, быстро реагировать на сигнал. • Продолжать формировать навык игры, в команде соблюдая правила игры. <p>Подвижные с элементами волейбола: <i>«Передай не роняй».</i> <i>«Кого назвали, тот ловит мяч».</i> <i>«Передал – садись»</i></p>	<p>стенку.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей двумя руками из – за головы отбивать мяч об пол, стараясь бросить ближе к стенке, но ловить мяч после кружения. • Учить детей стоя у стены, с малым мячом в правой руке. Отвести руку с мячом назад – вверх и одновременно поднять одноимённую ногу. Отбивать мяч об пол из-под ноги и поймать после отскока о стену. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Из – за головы бросить мяч о стенку».</i> <i>«Бросить мяч о стенку, поймать его после кружения».</i> <i>«Отбить мяч об пол из-под ноги и поймать после отскока о стену»</i></p>
<p>IV неделя</p>	<p>VII занятие Тема: «Прими мяч» Программные задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить детей подбрасывать мяч вверх фалангами пальцев и удерживать его на высоте. • Учить детей принимать мяч снизу. Следить, чтобы дети сохраняли правильное положение рук. • Учить детей перебрасывать мяч через сетку и 	<p>VIII занятие Тема: «Бросание мяча вдаль» Программные задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Закреплять умение детей метать мяч в вертикальную, горизонтальную цель с расстояния 4-5м. • Закреплять умение детей бросать мяч точно в обруч. • Закреплять умение детей бросать мяч вдаль на расстояние 5-9 метров.

	<p>принимать его фалангами пальцев.</p> <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Удержи мяч на высоте»</p> <p>«Прими мяч снизу»</p> <p>«Отбей мяч обратно партнеру»</p>	<p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Попади мячом в обруч».</p> <p>«Попади в цель».</p> <p>«Чей мяч дальше»</p> <p>Игра: «Подвижная цель»</p>
МАРТ 2017г.		
I неделя	<p style="text-align: center;">I занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Отбей мяч»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Закреплять умение детей отбивать мяч одной рукой с продвижением вперед. • Закреплять умение детей отбивать мяч с продвижением в разных направлениях и с увертыванием. • Закреплять умение детей отбивать мяч с продвижением боковым галопом вправо, влево, по кругу. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Отбей мяч с продвижением вперед».</p> <p>«Отбей мяч с увертыванием».</p> <p>«Отбей мяч голопом».</p> <p>Игра: «Подвижная цель».</p>	<p style="text-align: center;">II занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «В движении с мячом»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Упражнять детей в умении отбивать мяч одной рукой с продвижением вперед. • Упражнять детей в умении отбивать мяч с продвижением в разных направлениях и с увертыванием. • Упражнять детей в умении отбивать мяч с продвижением боковым галопом вправо, влево, по кругу. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Отбей с продвижением вперед».</p> <p>«Отбей мяч с увертыванием».</p> <p>«Отбей мяч голопом».</p>
	<p style="text-align: center;">III занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Подача мяча» (элементы волейбола).</p>	<p style="text-align: center;">IV занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Разучивание характерных для</p>

<p>II неделя</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Учить детей подавать мяч одной рукой с близкого и дальнего расстояния верхней подачей. • Учить детей подавать мяч одной рукой нижней подачей. • Развивать умение детей ориентироваться в пространстве, действовать по сигналу. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Подай мяч с верхней подачи».</i> <i>«Подай мяч с нижней подачей».</i> Игра: «Прими стойку волейболиста».</p>	<p>волейбола движений». <i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Упражнять детей сохранять стойку волейболистов в перебрасывании мяча друг – другу через сетку. • Упражнять детей делать только три шага к сетке, чтобы перебросить мяч. • Развивать внимание, быстроту, умение ориентироваться в пространстве. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Мяч товарищу через сетку, сохранив стойку».</i> <i>«Три шага к сетке».</i></p>
<p>III неделя</p>	<p>V занятие Тема: «Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками» (элементы волейбола). <i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Упражнять детей в умении подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками после отскока об землю. • Упражнять детей в умении перебрасывать мяч друг – другу через сетку после отскока об землю. • Продолжать развивать внимательность у детей <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Подбрось, поймай мяч после отскока об землю».</i></p>	<p>VI занятие Тема: «Перебрось мяч через сетку товарищу» <i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Закрепить умение детей перебрасывать мяч друг – другу через сетку после отскока об землю. • Закрепить умение детей перебрасывать мяч друг – другу через сетку. • Учить детей перебрасывать мяч друг другу и ловить его стоя, сидя разными способами. • Учить детей перебрасывать мяч товарищу, стараться попасть в соединенные кольцом руки партнера перед грудью кольцом <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: <i>«Перебрось мяч через сетку после отскока об</i></p>

	<p>«Перебрось мяч через сетку после отскока об землю».</p> <p>Игра: «Не урони внимательно смотри»</p>	<p>землю». «Перебрось мяч товарищу».</p> <p>«Перебрось мяч разным способом».</p> <p>«Попади в кольцо»</p>
IV неделя	<p>VII занятие</p> <p>Тема: «Точно в цель».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Упражнять детей в метании мяча в вертикальную, горизонтальную цель с расстояния. • Упражнять детей в метании мяча вдаль, в обруч. • Упражнять детей в умении ориентироваться в пространстве. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Попади в цель с расстояния».</p> <p>«Брось вдаль».</p> <p>Игра: «Подвижная цель».</p>	<p>VIII занятие</p> <p>Тема: «Мини - волейбол»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Упражнять детей в перебрасывании мяча через сетку двумя руками. • Упражнять детей в правильной подаче мяча. • Следить, чтобы дети не заступали за среднюю линию под сеткой, не выхватывали мяч друг у друга. <p>Игра: «Мини – волейбол».</p>
АПРЕЛЬ 2017г.		
I неделя	<p>I занятие</p> <p>Тема: «Перебрасывание мяча в парах»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Закреплять умение детей передавать мяч двумя руками товарищу от груди и ловля его двумя руками. • Закреплять умение детей перебрасывать мяч товарищу и ловить после хлопка в ладони. 	<p>II занятие</p> <p>Тема: «Бросок мяча вперёд через сетку» (элементы волейбола).</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Закреплять умение детей подбрасывать мяч вперед через сетку. • Закреплять умение детей ловить мяч на лету • Закреплять умение детей перебрасывать мяч

	<ul style="list-style-type: none"> Закреплять умение детей перебрасывать мяч партнёру удобным способом. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Перебрось мяч товарищу от груди».</p> <p>«Поймай после хлопка в ладони».</p> <p>«Мяч партнеру»</p>	<p>друг – другу через сетку.</p> <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Перебрось мяч товарищу».</p> <p>«Перебрось мяч точно в руки».</p> <p>«Лови мяч».</p>
II неделя	<p>III занятие</p> <p>Тема: «Прими мяч» (элементы волейбола).</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Упражнять детей в умении подбрасывать мяч вверх фалангами пальцев и удерживать его на высоте. Упражнять детей в умении принимать мяч снизу. Следить, чтобы дети сохраняли правильное положение рук. Упражнять детей в умении перебрасывать мяч через сетку и принимать его фалангами пальцев. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Удержи мяч на высоте»</p> <p>«Прими мяч снизу»</p> <p>«Отбей мяч обратно партнеру»</p>	<p>IV занятие</p> <p>Тема: «Упражнения с мячом у стенки»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Закреплять умение детей двумя руками из-за головы отбивать мяч об пол, стараясь бросить ближе к стенке, и ловить после отскока о стенку. Закреплять умение детей двумя руками из – за головы отбивать мяч об пол, стараясь бросить ближе к стенке, но ловить мяч после кружения. Закреплять умение детей стоя у стены, с малым мячом в правой руке. Отвести руку с мячом назад –вверх и одновременно поднять одноимённую ногу. Отбивать мяч об пол из-под ноги и поймать после отскока о стену. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Из – за головы бросить мяч о стенку».</p> <p>«Бросить мяч о стенку, поймать его после</p>

		<p>кружения».</p> <p>«Отбить мяч об пол из-под ноги и поймать после отскока о стену»</p>
III неделя	<p>V занятие</p> <p>Тема: «Бросание мяча вдаль»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Совершенствовать умение детей метать мяч в вертикальную, горизонтальную цель с расстояния 4-5м. • Совершенствовать умение детей бросать мяч точно в обруч. • Совершенствовать умение детей бросать мяч вдаль на расстояние 5-9 метров. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Попади мячом в обруч».</p> <p>«Попади в цель».</p> <p>«Чей мяч дальше»</p> <p>Игра: «Кого называли, тот ловит мяч»</p>	<p>VI занятие</p> <p>Тема: «Перебрось мяч через сетку товарищу» (элементы волейбола).</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Совершенствовать умение детей перебрасывать мяч друг – другу через сетку после отскока об землю. • Совершенствовать умение детей перебрасывать мяч друг – другу через сетку. • Закреплять умение детей перебрасывать мяч друг другу и ловить его стоя, сидя разными способами. • Закреплять умение детей перебрасывать мяч товарищу, стараться попасть в соединенные кольцом руки партнера перед грудью кольцом <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Перебрось мяч через сетку после отскока об землю».</p> <p>«Перебрось мяч товарищу».</p> <p>«Перебрось мяч разным способом».</p> <p>«Попади в кольцо»</p>
IV неделя	<p>VII занятие</p> <p>Тема: «Прыжки вверх»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p>	<p>VIII занятие</p> <p>Тема: «Изучаем подвижные игры с элементами волейбола»</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Закреплять умение детей прыгать вверх с места. • Закреплять умение детей подпрыгивать с места вверх до предмета, подвешенного на высоте. • Закреплять умение детей подпрыгивать вверх до предмета, подвешенного на высоте, с разбега. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола: «Вверх с места». «Достань до предмета». «Вверх до предмета с разбега»</p>	<p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Совершенствовать умения детей передавать мяч не сильно и точно, при передаче делать обманные движения для соперников броски; • Совершенствовать умение детей не ронять мяч при замахе • Совершенствовать умение детей перебрасывать мяч с любого места, так чтобы соперники не смогли поймать его. <p>Подвижные игры с элементами волейбола: «Передай не роняй» «Чей мяч улетит дальше» «Поймай мяч переправь через сетку» «Охотники и утки»</p>
МАЙ 2017г.		
I неделя	<p style="text-align: center;">I занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Перебрасывание мяча в парах»</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Упражнять детей в умении передавать мяч двумя руками товарищу от груди и ловить его двумя руками в движении. • Упражнять детей в умении перебрасывать мяч товарищу и ловить после хлопка в ладони в движении. • Упражнять детей в умении перебрасывание мяча партнёру удобным способом в движении. 	<p style="text-align: center;">II занятие</p> <p style="text-align: center;">Тема: «Подбрось, поймай мяч» (элементы волейбола).</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Совершенствовать умение детей бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками. • Совершенствовать умение детей подбрасывать мяч вверх и ловить после одного или двух хлопков. • Совершенствовать умение детей бросать мяч вверх и ловить его одной рукой. • Совершенствовать умение детей в

	<p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Перебрось мяч товарищу от груди».</p> <p>«Поймай после хлопка в ладони».</p> <p>«Мяч партнеру»</p>	<p>подбрасывании и ловле мяча двумя руками.</p> <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Лови мяч после отскока о землю».</p> <p>«Подбрось мяч с хлопком в ладоши».</p> <p>«Одной рукой с мячом».</p> <p>«Лови и подбрасывай мяч двумя руками».</p>
II неделя	<p>III занятие</p> <p>Тема: «Разучивание характерных для волейбола движений».</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Закрепить умение детей сохранять стойку волейболистов в перебрасывании мяча друг – другу через сетку. • Закрепить умение детей делать только три шага к сетке, чтобы перебросить мяч. • Продолжать развивать внимание, быстроту, умение ориентироваться в пространстве. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Мяч товарищу через сетку, сохранив стойку».</p> <p>«Три шага к сетке».</p> <p>Игра: Ходим, бросаем, ловим.</p>	<p>IV занятие</p> <p>Тема: «Подача мяча» (элементы волейбола).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Закреплять умение детей подавать мяч одной рукой с близкого и дальнего расстояния верхней подачей. • Закреплять умение детей подавать мяч одной рукой нижней подачей. • Закреплять умение детей ориентироваться в пространстве, действовать по сигналу. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Подай мяч с верхней подачи».</p> <p>«Подай мяч с нижней подачей».</p> <p>Игра: «Прими стойку волейболиста».</p>
III неделя	<p>V занятие</p> <p>Тема: «Прими мяч» (элементы волейбола).</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Закреплять умение детей подбрасывать мяч вверх фалангами пальцев и удерживать его на 	<p>VI занятие</p> <p>Тема: «Бросок мяча вперед через сетку» (элементы волейбола).</p> <p><i>Программные задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Совершенствовать умение детей подбрасывать

	<p>высоте.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Закреплять умение детей принимать мяч снизу. Следить, чтобы дети сохраняли правильное положение рук. • Закреплять умение детей перебрасывать мяч через сетку и принимать его фалангами пальцев. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Удержи мяч на высоте»</p> <p>«Прими мяч снизу»</p> <p>«Отбей мяч обратно партнеру»</p> <p>Игра: «Передай не роняй»</p>	<p>мяч вперед через сетку.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Совершенствовать умение детей ловить мяч на лету • Совершенствовать умение детей перебрасывать мяч друг – другу через сетку. <p>Обучающие упражнения с элементами волейбола:</p> <p>«Перебрось мяч товарищу».</p> <p>«Перебрось мяч точно в руки».</p> <p>«Лови мяч».</p> <p>Игра: «У кого больше мячей»</p>
IV неделя	<p>VII занятие</p> <p>Тема: «Соревнования»</p> <p><i>Средняя группа « В стране весёлых мячей»</i></p> <p><i>Старшие группы. «Пионербол»</i></p>	

К концу учебного года дети должны:

- Знать правила игры «Мини-волейбол», какой необходим инвентарь для игры;
- Уметь перебрасывать мяч через сетку разными способами;
- Владеть тактикой игры;
- Освоить основные движения характерные для волейбола;
- Уметь подавать и уверенно ловить мяч метко и сильно бросать, пасовать товарищам;

(Приложение №1)

ОВД по теме программы, которые включены в календарный план на год.

- Прыжки вверх с места.
- Подпрыгивание вверх до предмета, подвешенного на высоте 15-20см. выше поднятой руки ребёнка.
- Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 10 раз подряд.
- Бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной рукой 4-6 раз подряд
- Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя разными способами.

(Снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю).

- Метание мяча в вертикальную, горизонтальную цель с расстояния 4-5м.
- Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении.
- Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами.
- Метание вдаль на расстояние 5-9 метров.
- Разучивание с детьми характерных для данного вида спорта движений.
- Бросание мяча в разных направлениях.
- Бросок мяча вверх и ловля его двумя руками.
- Бросок мяча вверх вперёд через сетку
- Ловля мяча на лету.
- Перебрасывание мяча партнёру удобным способом.
- Перебрасывание мяча через сетку друг другу.
- Передача мяча двумя руками от груди и ловля его двумя руками.
- Перебрасывание мяча через сетку правой и левой рукой.
- Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.
- Прыжки вверх с броском мяча через сетку.
- Прыжки вверх с места
- Подпрыгивание вверх до предмета подвешенного на высоте 15-20см. выше поднятой руки ребёнка.
- Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 10 раз подряд.

Разучить с детьми характерные для данного вида спорта движения.

- Бросание мяча в разных направлениях.
- Бросок мяча вверх и ловля его двумя руками.
- Бросок мяча вверх вперёд через сетку
- Ловля мяча на лету.
- Перебрасывание мяча партнёру удобным способом.
- Перебрасывание мяча через сетку друг другу.
- Передача мяча двумя руками от груди и ловля его двумя руками.
- Перебрасывание мяча через сетку правой и левой рукой.
- Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.
- Прыжки вверх , с броском мяча через сетку.
- Подбрасывать и ловить мяч двумя руками.
- Подбрасывать мяч вверх и ловить после одного или двух хлопков (для детей 4-7 лет).
- Отбивать мяч об пол двумя руками или одной рукой.
- Отбивать мяч правой левой рукой поочередно.
- Отбивать мяч об пол кулаком (для детей 5-7 лет).
- Отбивать мяч об пол ребром ладони (для детей 5-7 лет).
- Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол.
- Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол и хлопка в ладони (для детей 4-7 лет).
- Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока и кружения (для детей 5-7 лет).
- Подбрасывать мяч вверх, соединить руки перед грудью кольцом и пропускать в него падающий мяч. После отскока поймать.

Виды упражнений с мячом в движении

- Отбивать от груди мяч двумя руками о стенку. Расстояние от 50 см до 1 м и более (для детей 3-7 лет).
- Снизу двумя руками отбивать мяч о стенку и ловить его после отскока об пол (для детей 4-7 лет).
- Так же отбивать мяч и ловить его после отскока и хлопка
- Так же отбивать мяч и ловить после кружения
- Двумя руками из-за головы отбивать мяч об пол, стараясь бросить ближе к стенке, и ловить после отскока о стенку
- То же упражнение, но ловить мяч после кружения
- То же упражнение, но с добавлением хлопков
- (мяч диаметром 12 см). Мяч в правой руке. От плеча отбить мяч об пол и поймать двумя руками после отскока о стену.
- Стоя у стены, малый мяч в правой руке. Отвести руку с мячом назад –вверх и одновременно поднять одноимённую ногу.
- Отбить мяч об пол из-под ноги и поймать после отскока о стену.
- Отбивать мяч одной рукой с продвижением вперёд (мяч отбивать сбоку, чтобы не мешал движению)
- Отбивать мяч с продвижением в разных направлениях и с увёртыванием от ловишки (для детей 4-7 лет).
- Отбивать мяч с продвижением боковым галопом вправо, влево, по кругу (мяч на одном месте) (для детей 5-7 лет).

Виды упражнений с мячом в паре

Все упражнения с 1 по 10 выполнять в паре (для детей 5-7 лет).

Все упражнения с 1 по 10 выполнять в паре с продвижением вперёд (для детей 5-7 лет).

(Приложение № 4)

Игры на закрепление игры волейбол

✓ Передай не роняй.

Совершенствовать умение ловить мяч, брошенный воспитателем или товарищем на различном расстоянии. Способствовать развитию глазомера, координации движений.

✓ Чей мяч улетит дальше.

Создать условия для овладения навыка далеко бросать мяч, двумя руками от груди и из-за головы, ловить его двумя руками. Укреплять мышцы плечевого пояса. Развивать ловкость, быстроту реакции.

✓ Поймай мяч, переправь через сетку.

Совершенствовать навык ловли мяча с воздуха и от земли, быстрой его передачи через сетку на сторону противника. Развивать координацию движений, глазомер. Воспитывать интерес к игре мини-волейбол.

✓ **Попади мячом в обруч.**

Способствовать умению играть в командах. Совершенствовать броски мяча в несколько горизонтальных целей, лежащих на полу, далеко и точно перебросив мяч предварительно через волейбольную сетку.

✓ **Подбрось, поймай.**

Создать условия для совершенствования двигательных навыков: подбрасывать мяч, вверх и ловить его двумя руками, не прижимая к груди. Закреплять навыки игры в волейбол.

✓ **Подбрось одной рукой, поймай двумя руками.**

Создать условия для овладения детьми игрой мини- волейбол. Упражнять в подбрасывании мяча одной рукой и ловли двумя руками. Развивать ловкость.

✓ **Ходим, бросаем, ловим.**

Освоение детьми игры мини-волейбол, формировать навык игры в команде, чувство сплоченности.

Упражнять в подбрасывании мяча и ловли его в движении. Укреплять крупные, мелкие мышцы обеих рук.

✓ **Не урони внимательно смотри.**

Продолжать учить играть в волейбол, закреплять правила игры. Совершенствовать умение перебрасывать мяч в парах через сетку. Развивать двигательную реакцию детей, точность, координацию движений.

Воспитывать чувство сплочённости.

✓ **Кого называли, тот ловит мяч.**

Помочь в освоении игры мини-волейбол, отрабатывать умение ловить мяч двумя руками, перебрасывать мяч через сетку. Закреплять умение передвигаться по площадке, быстро реагировать на сигнал.

✓ **Мяч водящему.**

Закреплять умение ловить мяч и бросать друг другу двумя руками.

Способствовать развитию координации движений. Воспитывать уверенность в своих силах.

✓ **Передал – садись.**

Продолжать формировать навык игры, в команде соблюдая правила игры. Совершенствовать умение бросать мяч друг другу. Развивать реакцию, глазомер.

✓ **Успей поймать.**

Продолжать учить играть в волейбол, закреплять умение передавать – ловить мяч координировать свои действия с действиями товарищей. Развивать выносливость, быстроту.

✓ **Перебрось мяч через сетку из-за головы.**

Продолжать освоение детьми игры. Совершенствовать умение перебрасывать мяч через сетку из-за головы.

Развивать умение анализировать свои движения и товарищей. Воспитывать дружеские отношения.

✓ **Мяч через сетку от груди.**

Создать условия для игры мини-волейбол. Закреплять умение бросать мяч через сетку от груди, соблюдать правила. Воспитывать толерантное отношение.

✓ **Делай три шага.**

Обеспечить условия для игры мини-волейбол. Закреплять правило: делать только три шага к сетке, чтобы перебросить мяч на сторону соперника. Приучать слушать сигнал. Развивать внимание, быстроту, ориентировку в пространстве.

✓ **У кого меньше мячей.**

Продолжать тренировку по обучению игре, совершенствовать навыки перебрасывания мяча через сетку разными способами. Развивать быстроту, ловкость. Формировать умение играть в командах.

✓ **Играй, играй мяч не теряй.**

Создать условия для игры мини-волейбол, закреплять правила игры. Формировать умение управлять мячом, уметь слушать сигнал. Развивать выносливость, глазомер. Укреплять дыхательную систему.

Список используемой литературы

1. «От рождения до школы» под ред. Н. Е. Вераксы, М. А. Васильевой, Т. С. Комаровой (2014 г.): примерная образовательная программа.
2. «Физическое развитие детей 5-7 лет», Пензулаева Л. И. 2014 .
3. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать» Е. Н Вавилова, Москва «Просвещение», 1983.
4. «Физкультурные праздники в детском саду», Н.Луконина. Л.Чадова.
5. «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста», Т.А Тарасова. М: Творческий центр, 2005.
6. «Двигательная активность ребёнка в детском саду» М.А. Рунова, М. Мозаика – Синтез, 2002.
7. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет», Л.И. Пензулаева. М. Владос, 2002.

8. «Физкультура – это радость! Спортивные игры с нестандартным оборудованием», Л.Н.Сивачева. С.-Петербург. Детство Пресс, 2003.

9 «Здоровьеформирующее развитие», И.К. Шилкова. А.С. Большев. Ю.Р. Силкин. Ю.А. Лебедев. Л.В.Филипова. М. Владос, 2001.

Материальные ресурсы:

1. мультимедийное оборудование;
2. спортивный инвентарь;
3. дидактические развивающие пособия.